Alma y Espíritu: Un Estudio Interdisciplinario sobre la Conciencia Humana

Sebastián Portunato

Julio 2025

Navarra, España

A. RESUMEN (ABSTRACT)

Este estudio propone una relectura integral de la distinción entre alma y espíritu desde una perspectiva multidisciplinar que combina la mística hebrea, las tradiciones espirituales universales, la psicología profunda y los avances recientes en ciencia de la conciencia. Partiendo del análisis etimológico y funcional de los términos hebreos *Néfesh*, *Ruaj* y *Neshamá*, se establece un modelo tripartito del ser humano que permite comprender con mayor precisión las dimensiones del alma, el espíritu y el cuerpo, así como su interacción en los procesos de evolución, enfermedad y sanación.

El objetivo principal de este trabajo es restaurar el mapa espiritual original propuesto en las tradiciones hebreas y afines, para corregir las confusiones semánticas heredadas de las traducciones griegas (Septuaginta) y del pensamiento teológico posterior, que diluyeron las distinciones esenciales entre alma y espíritu. A través de un enfoque comparativo, se exploran paralelismos en el hinduismo, budismo, cristianismo esotérico, filosofía griega, hermetismo y psicología transpersonal, evidenciando una intuición compartida: el alma es divina, eterna e inmutable; el espíritu es el puente evolutivo que sufre, aprende y se transforma; el cuerpo es su vehículo denso.

La metodología empleada es hermenéutica, simbólica y experiencial, integrando fuentes primarias (textos sagrados), referencias académicas y vivencias terapéuticas modernas. Como conclusión, se plantea una cartografía espiritual renovada que diferencia entre los niveles del ser no como partes separadas, sino como frecuencias interrelacionadas de un mismo campo de conciencia. Esta distinción permite un abordaje más profundo de la sanación y el desarrollo humano, al reconocer que no es el alma la que enferma, sino el espíritu desalineado, y que solo a través de su integración puede manifestarse plenamente la luz divina que somos.

B. PALABRAS CLAVE

alma, espíritu, conciencia, mística hebrea, espiritualidad no-dual, tradición universal, cuerpos sutiles, Ruaj, Neshamá, evolución espiritual, cosmovisión NexusLux

C. ÍNDICE

A. RESUMEN (ABSTRACT)....1
B. PALABRAS CLAVE....1
C. INTRODUCCIÓN....5
D. MARCO TEÓRICO Y METODOLÓGICO....6
Un enfoque interdisciplinario para una realidad multidimensional....6
Tradiciones y disciplinas abordadas....7
Criterios de análisis: símbolo, coherencia, integración....8
El rol de la experiencia directa y la canalización....8
Justificación del enfoque hebreo: por qué partimos de esta raíz cultural y lingüística....9
Justificación de la no-dogmaticidad del enfoque....10
CAPÍTULO 1: ¿QUÉ ES LA CONCIENCIA?....11
1.1 Definiciones filosóficas, científicas y espirituales....11
1.2 La conciencia como viaje de regreso al alma a través del espíritu....12
1.3 Conciencia humana vs conciencia espiritual....13
CAPÍTULO 2: EL ALMA Y EL ESPÍRITU EN LA MÍSTICA HEBREA – RELECTURA CONTEMPORÁNEA DESDE LOS SIETE CUERPOS....14
2.1 Néfesh, Ruaj y Neshamá: estructura del alma según la Kabalá....14
2.2 Interpretación etimológica y energética....15
Néfesh (נפש)....15
Ruaj (רוח)....15
Neshamá (נשמה)....16
2.3 Diferencia entre alma divina (Neshamá) y espíritu (Ruaj + Nefesh)....17
¿Por qué unificar Néfesh y Ruaj como "espíritu"?....19
La propuesta aquí planteada surge de una comprensión integradora basada en la experiencia directa de trabajo energético y espiritual. En lugar de ver al Néfesh y al Ruaj como niveles separados, se los concibe como un solo campo vibracional multidimensional: el espíritu, que actúa como vehículo del alma divina (Neshamá) en la experiencia encarnada....19
1. Ambos forman parte de la experiencia encarnada....19
2. Ambos pueden fragmentarse, bloquearse o enfermar....19
3. Es el conjunto Ruaj + Néfesh el que permite que la conciencia viaje....20
Metáfora simbólica: el Sol, el Prisma y el Espejo....20
Implicaciones de esta distinción....21
2.4 Los siete cuerpos y su vínculo con Néfesh, Ruaj y Neshamá....22
Mente inferior, mente superior y las dinámicas del ego espiritual....22
El ego como dinámica psicoespiritual: entre la máscara y el vehículo....23
CAPÍTULO 3: EL ESPÍRITU COMO PUENTE ENCARNADO....24
3.1 Los siete cuerpos sutiles: arquitectura del espíritu....24
1. Cuerpo físico....25
2. Cuerpo mental....25
3. Cuerpo emocional....26
4. Cuerpo etérico....27
5. Cuerpo causal....28
6. Cuerpo búdico....28

7. Cuerpo átmico....29
Armonizar para encarnar....29
3.2 El espíritu como manifestación multidimensional....29
El espíritu como instrumento de experiencia....30
El espíritu como puente entre lo divino y lo humano....31
3.3 El alma no encarna: encarna el espíritu....32
Implicaciones de esta comprensión....33
El alma guía, el espíritu encarna....33
3.4 Alineación u olvido: el juego del espíritu....34
Dos movimientos del espíritu:....34
3.5 Los siete cuerpos sutiles del espíritu y su correspondencia con los chakras....34
¿Por qué esta correspondencia?....36
Fundamento de la correspondencia....36
Correspondencia entre cuerpos sutiles y chakras....36
Integración espiritual, energética y evolutiva....37
CAPÍTULO 4: TRADICIONES UNIVERSALES Y SU VISIÓN DEL ALMA Y EL ESPÍRITU…38
4.1 Hinduismo: Ātman, Jīva y los cuerpos sutiles....38
4.2 Budismo: Anattā, skandhas y conciencia sin yo....39
4.3 Cristianismo esotérico: Pneuma, Psique y Sarx....40
4.4 Filosofía griega: alma tripartita, Nous, Psijé y Soma....41
4.5 Hermetismo y alquimia: espíritu como mediador entre alma y materia....43
Convergencias universales....43
CAPÍTULO 5: LA PSICOLOGÍA PROFUNDA Y LA CONCIENCIA....44
5.1 Freud: Eros y Thanatos, represión del alma....44
5.2 Jung: el alma como arquetipo guía, el Sí-mismo y el proceso de individuación....45
5.3 Psicología transpersonal: niveles de conciencia y expansión del ser....46
5.4 El alma no sufre; quien sufre es el espíritu desalineado....46
CAPÍTULO 6: CIENCIA MODERNA Y CONCIENCIA....47
6.1 Neurociencia: el problema difícil de la conciencia....47
6.2 Física cuántica: colapso de la función de onda y conciencia como campo....48
6.3 Conexión con la Torá: “Bereshit Bará Elohim” y el Tetragrámaton....49
6.4 Dios es conciencia eterna; el alma es su chispa; el espíritu su canal....50
CAPÍTULO 7: LA CONFUSIÓN SEMÁNTICA ENTRE ALMA Y ESPÍRITU, DEL HEBREO AL GRIEGO Y AL PENSAMIENTO MODERNO....50
7.1 El marco original: Néfesh, Ruaj y Neshamá....50
7.2 La traducción griega: Psique y Pneuma....51
7.3 Traducciones problemáticas de Néfesh, Neshamá y Rúaj en la Septuaginta....52
1. Néfesh נֶפֶשׁ → ψυχή (psychē)....52
2. Neshamá נְשָׁמָה → πνοή (pnoē) o ψυχή (psychē)....53
3. Rúaj רוּחַ → πνεῦμα (pneuma) o ψυχή (psychē)....53
7.4 El impacto en la teología cristiana....54
7.5 Consecuencias para la espiritualidad moderna....55
7.6 Restaurar el mapa original: hacia una nueva antropología espiritual....56
7.7 Nota aclaratoria sobre la relación entre la tradición hebrea, la filosofía griega y el cristianismo primitivo....58
CAPÍTULO 8: LA ENFERMEDAD DEL ESPÍRITU Y LA SANACIÓN DESDE EL ALMA....60
8.1 El alma no enferma: esencia divina intacta....60

8.2 Fragmentación espiritual y manifestación sintomática....61
8.3 El amor propio como acto de reordenamiento vibracional....61
8.4 ¿Cómo se sana el espíritu?: recordar, alinear, permitir....62
CAPÍTULO 9: ESPIRITUALIDAD NO-DUAL: TODO ES UNO....63
9.1 Integración de polaridades: luz y sombra, dolor y sabiduría....63
9.2 El alma no juzga: solo el ego y el espíritu desalineado lo hacen....64
9.3 El verdadero despertar: no escapar del mundo, sino encarnarlo....64
CAPÍTULO 10: UNA NUEVA CARTOGRAFÍA ESPIRITUAL....65
10.1 Modelo de Conciencia por Cuerpos Sutiles....65
10.2 Espiritualidad Encarnada....65
10.3 Distinción Funcional entre Alma y Espíritu....66
10.4 Aplicaciones Prácticas: Coaching, Sanación y Evolución....66
E. CONCLUSIONES....67
Recapitulación de la diferencia entre alma y espíritu....67
Por qué esta distinción ordena, libera y sana....67
El valor de integrar la sabiduría antigua con la experiencia moderna....68
Aportes del estudio a la academia, la espiritualidad y el crecimiento humano....68
F. BIBLIOGRAFÍA / REFERENCIAS....68
Textos tradicionales y fuentes primarias....68
Autores y obras contemporáneas....69
Obras propias....72

C. INTRODUCCIÓN

A lo largo de la historia espiritual, filosófica y científica de la humanidad, los conceptos de *alma* y *espíritu* han sido utilizados de manera intercambiable, ambigua o incluso contradictoria. Esta confusión, presente tanto en textos sagrados como en discursos contemporáneos, ha generado no solo malentendidos teológicos y doctrinales, sino también profundas implicaciones en la forma en que el ser humano se comprende a sí mismo, enferma, sana y evoluciona[1] [2].

En las religiones abrahámicas, en gran parte de la psicología moderna e incluso en corrientes espiritualistas contemporáneas, se observa una falta de precisión entre lo que constituye la esencia divina (*alma*) y el vehículo de manifestación en la experiencia humana (*espíritu*)[3]. Esta ambigüedad conceptual conlleva un riesgo: confundir el origen con la experiencia, la eternidad con la temporalidad, lo divino con el proceso.

Este estudio sostiene que la distinción clara entre alma y espíritu no es un mero debate terminológico, sino una necesidad epistemológica y práctica para el desarrollo de una conciencia integral, coherente y evolutiva. Sin una comprensión precisa de esta diferencia, resulta difícil abordar con profundidad temas como la sanación, el despertar, el propósito o la trascendencia.

El propósito de este trabajo es presentar una visión integradora e interdisciplinaria que articule fuentes místicas —como la Kabalá hebrea—, tradiciones espirituales universales —hinduismo, budismo, hermetismo—, aportes de la psicología profunda y la filosofía de la conciencia, junto con hallazgos recientes de la física cuántica y conocimiento experiencial canalizado[4] [5]. A partir de esta síntesis, se propone una cartografía espiritual contemporánea que conciba al ser humano como un sistema multidimensional, en el que el alma permanece en unidad con lo divino y el espíritu actúa como vehículo que encarna, evoluciona y recuerda.

Lejos de establecer una doctrina cerrada, esta propuesta busca ser un puente entre saberes antiguos y nuevos paradigmas, entre ciencia y espiritualidad, entre tradición y experiencia, entre lo simbólico y lo encarnado. La distinción entre alma y espíritu no solo organiza y clarifica el conocimiento espiritual, sino que también abre caminos concretos para la sanación, la expansión de la conciencia y la transformación del sufrimiento en sabiduría[6].

---

1 Eliade, M. (1998). *Historia de las creencias y las ideas religiosas*. Paidós.
Obra clave para comprender la diversidad y evolución de los conceptos de alma y espíritu en distintas culturas, sustentando el marco histórico-comparativo inicial.

2 Wilber, K. (2000). *Una teoría de todo*. Kairós.
Plantea la necesidad de integrar múltiples saberes para clarificar conceptos espirituales y de conciencia.

3 Scholem, G. (1996). *La Kabalá y su simbolismo*. Paidós.
Referencia fundamental para diferenciar entre esencia divina y vehículo espiritual desde la tradición hebrea (Néfesh, Ruaj, Neshamá).

4 Bohm, D. (1980). *Wholeness and the Implicate Order*. Routledge.
Introduce fundamentos cuánticos que apoyan la visión de interconexión y multidimensionalidad del ser.

5 Jung, C. G. (1964). *El hombre y sus símbolos*. Paidós.
Conecta psicología profunda y espiritualidad, resaltando el papel del lenguaje simbólico en la comprensión del alma.

6 Assagioli, R. (1993). *Psychosynthesis: A Collection of Basic Writings*. Arkana.
Presenta una psicología transpersonal donde alma y personalidad se integran en un proceso de desarrollo espiritual.

La relevancia académica y práctica de esta investigación radica en su aplicabilidad transversal: psicólogos, terapeutas holísticos, filósofos, teólogos, médicos integrativos y físicos contemporáneos pueden encontrar en esta visión un marco interpretativo capaz de enriquecer sus prácticas y generar nuevas preguntas de investigación. En un contexto donde el despertar espiritual se ha incorporado al lenguaje cotidiano, resulta crucial recuperar la profundidad y el rigor conceptual que sustentan dicho despertar.

La metodología utilizada en este estudio es de carácter interdisciplinario, comparativo y experiencial. Se analizan fuentes primarias de la tradición hebrea (*Torá*, *Zóhar*, *Midrash*, *Sefer Yetzirá*), textos sagrados universales (*Vedas*, Evangelios gnósticos, *Corpus Hermeticum*), aportes de autores relevantes en filosofía de la conciencia y psicología analítica, así como evidencia científica contemporánea[7]. A ello se suma la experiencia personal y canalizada del autor, que ofrece un testimonio vivencial y una visión integrada capaz de dar sustento a la cosmovisión propuesta.

Este trabajo es, en esencia, una invitación a recordar que el alma no se pierde ni enferma; lo que se fragmenta, bloquea o desconecta es el espíritu. Y es precisamente en la reorganización del espíritu —de sus cuerpos sutiles, de su conciencia, de su coherencia vibracional— donde comienza el verdadero camino de retorno al alma. Comprender esta diferencia no es solo útil: es profundamente liberador.

D. MARCO TEÓRICO Y METODOLÓGICO

Un enfoque interdisciplinario para una realidad multidimensional

Este estudio se enmarca dentro de un enfoque interdisciplinario, entendiendo que ningún campo del conocimiento, por sí solo, puede abarcar la complejidad y profundidad del fenómeno humano en su totalidad. La conciencia, el alma y el espíritu no pertenecen exclusivamente a la religión, la filosofía, la ciencia o la psicología, sino que atraviesan todas estas áreas[8]. Por ello, se vuelve imprescindible un enfoque que integre múltiples saberes, lenguajes y marcos de comprensión.

El abordaje interdisciplinario permite dialogar entre distintos paradigmas —algunos aparentemente opuestos— y construir puentes donde antes hubo compartimentos estancos[9]. Esta elección metodológica responde a la esencia del tema: el alma no se limita a una religión, ni el espíritu a una técnica terapéutica, ni la conciencia a una definición científica. Comprender al ser humano como ser espiritual encarnado exige amplitud, profundidad y síntesis.

7 Capra, F. (1996). *The Web of Life*. Anchor Books.
Refuerza la inclusión de paradigmas científicos en un marco espiritual, apoyando la metodología interdisciplinaria.

8 Wilber, 2000; Capra, 1996 – Ken Wilber y Fritjof Capra son referentes en la integración de ciencia y espiritualidad. Wilber propone un modelo integral que conecta psicología, filosofía y espiritualidad, mientras que Capra explora la visión sistémica y la interconexión de la vida.

9 Morin, 2001 – Edgar Morin, con su pensamiento complejo, subraya la necesidad de superar visiones fragmentadas para comprender realidades como la conciencia y el espíritu.

Tradiciones y disciplinas abordadas

Para articular esta visión integradora, se han seleccionado tradiciones espirituales, corrientes filosóficas y disciplinas contemporáneas que ofrecen visiones complementarias sobre la conciencia humana, el alma y el espíritu. Entre ellas se destacan:

- **Mística hebrea y Kabalá**: conceptos de *Néfesh*, *Ruaj* y *Neshamá*, el Árbol de la Vida, y el lenguaje simbólico de los niveles del alma y la creación[10].
- **Hinduismo y Vedānta**: visión de *Ātman*, *Jīva* y los cuerpos sutiles (*kośas*), que enriquecen la comprensión del espíritu como vehículo del alma[11].
- **Budismo**: concepción del no-yo (*anattā*), los *skandhas* y la mente como proceso dinámico[12].
- **Psicología profunda**: aportes de Freud (Eros/Thanatos), Jung (proceso de individuación, sombra, alma como arquetipo) y la psicología transpersonal[13] [14].
- **Filosofía griega**: desde Platón hasta Plotino, con su distinción entre alma racional, alma sensible y mundo de las ideas[15] [16].
- **Física cuántica**: relación del observador con la manifestación de la realidad, la conciencia como campo, y la interconexión más allá del tiempo lineal [17].
- **Neurociencia moderna**: estudios sobre el "problema difícil de la conciencia" [18], la neuroplasticidad y la correlación entre estados místicos y actividad cerebral [19].

Todas estas fuentes son abordadas desde el respeto, pero también desde una lectura crítica, simbólica y vivencial.

10 Scholem, 1996; Laitman, 2005 – Gershom Scholem es uno de los mayores historiadores de la Kabalá, y Michael Laitman, cabalista contemporáneo, profundiza en su dimensión simbólica y espiritual.

11 Sivananda, 1994 – Swami Sivananda, maestro hindú, sistematizó enseñanzas sobre los cuerpos sutiles y el Ātman, aportando una visión estructurada del espíritu como vehículo del alma.

12 Rahula, 1974 – Walpola Rahula, monje budista, ofrece una explicación clara y académica de los principios esenciales del budismo, incluyendo el no-yo y los procesos mentales.

13 Grof, 1985; Wilber, 2000 – Stanislav Grof, pionero en psicología transpersonal, estudió estados ampliados de conciencia; Wilber integra estas perspectivas en un marco evolutivo de la mente.

14 Jung, C. G. (1964) – Su interpretación de símbolos, arquetipos y procesos de individuación fundamenta el análisis simbólico aplicado aquí.

15 Platón (Fedro) – Propone la estructura tripartita del alma y la existencia del mundo de las Ideas, influyendo en la comprensión filosófica de la dualidad cuerpo-alma.

16 Plotino (Enéadas) – Presenta su teoría de la emanación del Uno, el Intelecto y el Alma, que fundamenta una visión jerárquica de la realidad y la conexión entre lo divino y lo material.

17 Bohm, D. (1980) – Relaciona física cuántica y filosofía, defendiendo la interconexión de todo lo existente y el papel del observador en la manifestación de la realidad.

18 Chalmers, D. (1995) – Formula el "problema difícil de la conciencia", abriendo el debate sobre la naturaleza no reductible de la experiencia subjetiva.

19 Newberg, A. & D'Aquili, E. (2001) – Investigadores en neuroteología que estudian la correlación entre experiencias místicas y actividad cerebral, aportando datos empíricos sobre la vivencia espiritual.

Criterios de análisis: símbolo, coherencia, integración

Este estudio no se limita a una lectura literal o historicista de los textos sagrados o científicos. Se aplica una metodología hermenéutica y simbólica, que permite revelar capas profundas de significado detrás de conceptos, narrativas y estructuras[20].

Los principales criterios de análisis serán:

- **Lenguaje simbólico**: toda enseñanza espiritual auténtica habla en símbolos. Se interpretará cada tradición desde su código simbólico interno.
- **Coherencia energética**: se buscará congruencia entre lo dicho y lo sentido, entre el mensaje espiritual y su resonancia vibracional.
- **Integración no-dogmática**: ninguna tradición será privilegiada por encima de otra; se extraerá de cada una su sabiduría esencial, descartando lecturas rígidas o moralistas.
- **Conexión con la experiencia interna**: toda verdad que no se encarna se convierte en dogma; por ello, se validará también la resonancia personal y la coherencia interna.

El rol de la experiencia directa y la canalización

Un aspecto central de este estudio es el aporte experiencial y canalizado del autor. Lejos de contradecir el rigor académico, esta dimensión representa una línea legítima de conocimiento en tradiciones como la mística judía (*Kabbalat haNevuáh*[21]), el sufismo, el yoga y el chamanismo ancestral[22].

El autor integra su propia experiencia espiritual, vivencias meditativas, canalizaciones profundas y procesos de sanación interior como fuentes de conocimiento, no como verdades absolutas, sino como testimonio vivencial de una conciencia que recuerda. Estas experiencias se sistematizan, contrastan con fuentes tradicionales y se ponen al servicio de una visión integradora que ayude a otros a comprender desde el alma.

Aunque no replicable en laboratorio, este tipo de conocimiento tiene valor epistémico dentro de una epistemología expandida que reconoce a la conciencia como instrumento válido de percepción. Se respeta así el principio de “conocer desde adentro” que ha guiado a las escuelas iniciáticas, místicas y filosóficas de todos los tiempos.

En síntesis, el marco teórico y metodológico de este estudio parte de una visión holística, simbólica y vivencial, que busca comprender el alma y el espíritu como realidades interdimensionales, atravesadas por la conciencia, sostenidas por la energía y expresadas en múltiples lenguajes: teológicos, filosóficos, científicos y personales.

---

20 Ricoeur, P. (1976) – Desarrolla la hermenéutica simbólica, que permite desentrañar significados profundos en los textos y tradiciones espirituales.

21 Kabbalat haNevuáh (קַבָּלַת הַנְּבוּאָה) significa literalmente “recepción de la profecía” y se refiere, en la tradición hebrea, al estado de apertura espiritual que permite al espíritu canalizar inspiración o revelación divina.

22 Eliade, M. (1998) – Historiador de las religiones que analiza las tradiciones místicas, incluyendo el chamanismo y la experiencia visionaria, respaldando el valor de la experiencia directa en la investigación espiritual.

Justificación del enfoque hebreo: por qué partimos de esta raíz cultural y lingüística

Hablar del alma y del espíritu exige ir más allá de las definiciones modernas y las proyecciones religiosas actuales. Requiere sumergirse en el origen de los conceptos, allí donde el lenguaje no era solo una herramienta de comunicación, sino una forma de revelar la realidad sagrada. En este sentido, la cultura hebrea representa uno de los linajes más antiguos, coherentes y vivos que ha conservado su lengua, sus símbolos y su cosmovisión espiritual de forma ininterrumpida hasta nuestros días[23].

A diferencia de otras civilizaciones milenarias —como la sumeria, la babilónica o la egipcia— cuyos idiomas han sido parcialmente descifrados, pero desconectados de una cultura viva y de una cadena de transmisión espiritual activa, el hebreo mantiene no solo su lengua original, sino también el cuerpo místico, ético, espiritual y comunitario que lo sustenta. Esto lo convierte en el idioma ancestral más antiguo aún en uso funcional y espiritual, donde las palabras siguen conservando sus raíces originales y su vibración conceptual profunda[24].

En el hebreo antiguo, las palabras no eran etiquetas arbitrarias, sino contenedores de energía y significado. Cada raíz consonántica, cada letra y cada estructura lingüística estaban cargadas de sentido espiritual, simbólico y funcional. En lugar de palabras extensas como en las lenguas modernas, cada término era una unidad condensada de sabiduría. Por ejemplo, términos como *Néfesh*, *Ruaj* o *Neshamá* no pueden traducirse con precisión a “alma” o “espíritu” según los parámetros actuales, porque en su raíz contienen visiones completas del ser humano, su origen, su propósito y su conexión con lo divino[25].

Además, el hebreo está íntimamente ligado a la tradición cabalística, una corriente mística que no sólo interpreta la Torá desde lo esotérico, sino que analiza el lenguaje como un sistema de códigos de conciencia. Para la Kabalá, el universo fue creado con letras, y cada palabra contiene una estructura vibracional que define su función en el mundo[26] [27]. Esto significa que, al estudiar los conceptos de alma y espíritu desde el hebreo, no sólo estamos explorando significados lingüísticos, sino arquetipos universales codificados en la estructura misma del lenguaje sagrado.

---

23 Katz, Shmuel (2004). *Hebreo: historia, lengua y cultura*. Editorial Hebraica, Jerusalén.
Estudio histórico-lingüístico sobre el hebreo como lengua viva desde la antigüedad hasta la actualidad, con énfasis en su continuidad espiritual.

24 Kaplan, Aryeh (1990). *Sefer Yetzirah: El Libro de la Creación*. Editorial Obelisco, Barcelona.
Traducción y comentario detallado del texto cabalístico más antiguo, con análisis de la raíz hebrea de términos clave como *Néfeš*, *Ruaj* y *Neshamá*.

25 Halevi, Z’ev ben Shimon (2005). *La Kabalá: Árbol de la Vida*. Editorial Edaf, Madrid.
Obra fundamental para comprender la estructura del Árbol de la Vida, el significado de las letras hebreas y su relación con los niveles del alma.

26 Scholem, Gershom (1996). *La Kabalá y su simbolismo*. Editorial Paidós, Barcelona.
Análisis de los fundamentos de la mística judía, con especial atención al simbolismo lingüístico y espiritual del hebreo.

27 Laitman, Michael (2005). *La Sabiduría de la Kabalá*. Editorial Bnei Baruj, Tel Aviv.
Presentación de la Kabalá desde una perspectiva contemporánea, explicando la creación a través de las letras hebreas y la estructura espiritual del ser humano.

Por otro lado, si bien el cristianismo —y en menor medida el islam— globalizaron ciertos términos como "alma", "espíritu" o "salvación", las raíces originales de esos conceptos no están en el griego ni en el latín, sino en el hebreo bíblico, que fue posteriormente traducido, adaptado y muchas veces distorsionado. Pelikan[28] muestra cómo la transmisión textual desde el hebreo hacia la *Septuaginta* y la *Vulgata* influyó notablemente en la percepción occidental del texto bíblico, aunque sin centrarse específicamente en la distinción entre “alma” y “espíritu”.

Por tanto, para comprender verdaderamente qué significan “alma” y “espíritu” más allá de los filtros culturales o religiosos impuestos por Occidente, es indispensable volver al idioma original en que fueron revelados, conservados y practicados: el hebreo.

En síntesis:

- El hebreo es el idioma más antiguo aún en uso cultural, espiritual y lingüístico vivo.
- Conserva la estructura original de conceptos como alma, espíritu, vida, conciencia y creación.
- Su sistema lingüístico se basa en raíces profundas que permiten rastrear significados ocultos y espirituales.

Justificación de la no-dogmaticidad del enfoque

Aunque el presente estudio toma como base lingüística y simbólica la tradición hebrea para abordar los conceptos de *alma* y *espíritu*, su orientación no es confesional ni pretende establecer una verdad absoluta. El hebreo y la Kabalá se utilizan aquí como punto de partida debido a su coherencia histórica, continuidad cultural y precisión conceptual, pero siempre en diálogo con otras tradiciones espirituales —védica, budista, griega— y con aportes de la psicología contemporánea, la filosofía y la física cuántica. Este carácter comparativo e integrador responde a lo que Wilber denomina una “visión integral”, donde ninguna tradición se erige como autoridad exclusiva, sino que cada una aporta perspectivas complementarias. En la misma línea, Eliade defiende la importancia de estudiar las tradiciones religiosas y místicas reconociendo su valor simbólico sin quedar atrapados en la adhesión dogmática. Así, el presente trabajo privilegia la experiencia directa, la reflexión crítica y la interpretación personal del autor, siguiendo la advertencia de Ricoeur de que todo símbolo requiere ser “reinterpretado” para mantener su vitalidad. De este modo, aunque el hebreo sea la raíz principal de análisis, el estudio se mantiene abierto a la diversidad de marcos culturales y a la evolución del conocimiento espiritual, excluyendo explícitamente cualquier forma de exclusivismo doctrinal.

28 Pelikan, Jaroslav (2005). *Whose Bible Is It? A History of the Scriptures Through the Ages*. Viking Penguin, Nueva York.
Historia de la transmisión de los textos bíblicos desde el hebreo original hasta las traducciones griega (*Septuaginta*) y latina (*Vulgata*), y su impacto en la interpretación occidental.

CAPÍTULO 1: ¿QUÉ ES LA CONCIENCIA?

1.1 Definiciones filosóficas, científicas y espirituales

Hablar de conciencia es adentrarse en uno de los grandes misterios de la existencia humana. A pesar de siglos de reflexión filosófica y de investigación científica, no existe una definición unánime ni definitiva. Las distintas disciplinas han intentado abordarla desde marcos conceptuales propios, generando aproximaciones diversas que, lejos de excluirse, pueden considerarse como niveles complementarios de profundidad.

Desde la filosofía occidental, la conciencia ha sido comprendida como la capacidad del sujeto de reconocerse a sí mismo y de percibir el mundo. Descartes (1641), con su afirmación *cogito, ergo sum* (“pienso, luego existo”)[29], colocó a la conciencia en el centro del ser. En la fenomenología de Husserl (1913)[30], la conciencia se estudia como intencionalidad: siempre dirigida hacia algo, estructurando la experiencia del mundo.

En cambio, la filosofía oriental entiende la conciencia como la esencia última de todo lo existente. Textos como los *Upanishads* (ca. siglo VIII a.C.) describen la conciencia (*Ātman*) como el principio eterno y no dual, que no se posee sino que se es[31]. En el *Lankāvatāra Sūtra* (siglo IV), el budismo mahayana postula que la conciencia no tiene sustancia propia (*anatta*), pero es el campo en el que se manifiestan las impresiones kármicas[32].

Desde la neurociencia, la conciencia ha sido definida como la capacidad del cerebro para integrar información y generar experiencias subjetivas[33]. Se han identificado diversas formas de conciencia, como la “conciencia de acceso” (la información disponible para el razonamiento) y la “conciencia fenomenal” (la experiencia subjetiva del ser), distinción formulada por Block (1995)[34]. Damasio (1999)[35] propuso que la conciencia emerge a partir de estructuras cerebrales que integran emociones, cuerpo e identidad. Sin embargo, como ha planteado Chalmers (1995)[36], aún persiste el “problema difícil” de la conciencia: cómo la actividad neuronal produce la experiencia subjetiva.

La espiritualidad, por su parte, aborda la conciencia como una dimensión trascendente. Desde esta perspectiva, la conciencia no es generada, sino revelada. Es inherente a todo lo creado y actúa como

29 Descartes, R. (1641) – En *Meditaciones Metafísicas*, introduce la frase “cogito, ergo sum” como fundamento del conocimiento y la certeza de la existencia, situando a la conciencia en el núcleo de la identidad humana.

30 Husserl, E. (1913) – Desde la fenomenología, plantea que la conciencia es intencional, es decir, siempre dirigida hacia algo, constituyendo la estructura de la experiencia vivida.

31 Sivananda, S. (1994) – Expone la visión védica de la conciencia (*Ātman*) como realidad última y no dual, inseparable del todo, y no como propiedad del individuo.

32 Rahula, W. (1974) – Presenta la perspectiva budista del *anatta* (no-yo) y explica cómo la conciencia es un proceso condicionado, no una entidad permanente.

33 Edelman, G. & Tononi, G. (2000) – Proponen la Teoría de la Información Integrada, explicando la conciencia como un proceso emergente de la integración neuronal.

34 Block, N. (1995) – Distingue entre “conciencia de acceso” (información disponible para el razonamiento) y “conciencia fenomenal” (experiencia subjetiva del ser), un marco ampliamente usado en neurociencia cognitiva.

35 Damasio, A. (1999) – Plantea que la conciencia surge de la interacción entre el cuerpo, las emociones y el cerebro, siendo inseparable de la experiencia somática.

36 Chalmers, D. (1995) – Formula el “problema difícil” de la conciencia: explicar cómo procesos físicos generan la experiencia subjetiva, abriendo un debate central en filosofía de la mente.

el hilo sutil que une los planos de la existencia. Su expresión en el ser humano es la manifestación del alma a través del espíritu[37] [38].

1.2 La conciencia como viaje de regreso al alma a través del espíritu

En el marco de este estudio, se sostiene que la conciencia no es un atributo exclusivo del cerebro humano ni un fenómeno biológico, sino una energía espiritual en movimiento[39] [40]. Es el viaje del espíritu encarnado para recordar y reconectar con el alma.

El alma —unidad divina, esencia pura— no necesita desarrollar conciencia: ya lo es[41]. Es completa, eterna, inmutable. Pero para expresarse en el plano físico, proyecta una parte de sí: el espíritu, vehículo multidimensional formado por siete cuerpos sutiles[42]. La conciencia, entonces, viaja a través del espíritu para experimentar, aprender, sanar, integrar y finalmente volver a alinearse con el alma[43].

Cada cuerpo sutil representa un nivel de conciencia específico:

1. Físico → conciencia sensorial
2. Mental → conciencia racional
3. Emocional → conciencia emocional
4. Etérico → conciencia energética
5. Causal → conciencia kármica
6. Búdico → conciencia intuitiva
7. Átmico → conciencia de unidad

A medida que el espíritu se ordena —es decir, cuando los cuerpos sutiles se armonizan y purifican —, la conciencia puede ascender, expandirse y acceder a niveles más profundos de sabiduría.

---

37 Jung, C. G. (1964) – En *El hombre y sus símbolos*, conecta la conciencia con el inconsciente colectivo y el proceso de individuación, integrando lo psicológico y lo espiritual.

38 Wilber, K. (2000) – Desarrolla un modelo integral de la conciencia, unificando perspectivas científicas, filosóficas y espirituales en un marco holístico.

39 Scholem, G. (1996) – Explica cómo en la tradición cabalística el alma (*Neshamá*) es vista como pura y eterna, mientras que el *Ruaj* y el *Néfesh* cumplen funciones intermedias para conectar lo divino con lo terrenal, lo que se relaciona con la noción de espíritu como vehículo.

40 Laitman, M. (2005) – Presenta la estructura jerárquica de los niveles del alma en la Kabalá y cómo estos se manifiestan progresivamente en la experiencia humana, en correspondencia con cuerpos sutiles y niveles de conciencia.

41 Sivananda, S. (1994) – Describe el *Ātman* como inmutable y completo, y el *Jīva* como el alma encarnada que atraviesa los *kośas* o envolturas, un paralelismo claro con la idea de siete cuerpos sutiles.

42 Leadbeater, C. W. (1927) – Desarrolla la clasificación teosófica de los cuerpos sutiles (físico, emocional, mental, búdico, átmico), influyendo en la visión contemporánea sobre niveles de conciencia y su desarrollo.

43 Wilber, K. (2000) – Plantea un modelo integral donde los niveles de conciencia no son simplemente escalones, sino dimensiones interconectadas que se despliegan de forma dinámica y cíclica.

Este recorrido no es lineal ni mecánico. Es un proceso espiralado, lleno de ciclos, aprendizajes, “noches oscuras” y “despertares”[44]. La conciencia no "crece" en términos cuantitativos, sino que se afina, se integra y se vuelve más transparente a la luz del alma[45].

1.3 Conciencia humana vs conciencia espiritual

Es necesario distinguir entre distintos tipos de conciencia para comprender la evolución del ser:

- Conciencia humana: es la conciencia básica del yo, desarrollada a partir de la identidad, la razón, las emociones y la interacción con el entorno[46]. Es necesaria para la vida cotidiana, pero puede estar fragmentada, condicionada o dominada por el miedo y el ego herido[47].
- Conciencia espiritual: es la conciencia que recuerda su origen[48]. Es cuando el ser humano comienza a reconocerse como espíritu encarnado, a percibir más allá de lo visible, a integrar sus sombras y a actuar desde la compasión, la coherencia y la unidad.

Ambas no son opuestas, sino etapas del mismo proceso. La conciencia humana no debe negarse ni trascenderse sin más, sino ser integrada y redimida por la conciencia espiritual[49]. Solo así se produce la verdadera sanación: cuando los niveles más densos del espíritu se alinean con la vibración del alma.

La espiritualidad auténtica no es, por tanto, una evasión del cuerpo ni de la mente, sino una reorganización interna del espíritu, donde cada parte del ser comienza a vibrar al unísono con el propósito divino[50].

Comprender qué es la conciencia desde múltiples niveles permite trazar el mapa que guiará el resto del estudio. Porque hablar del alma y del espíritu no tiene sentido si no entendemos que la conciencia es el hilo que los une, la experiencia viva de la divinidad expresándose en forma humana.

44 Grof, S. (1985) – A través de la psicología transpersonal, describe los procesos de expansión de conciencia y las “noches oscuras” como momentos clave para la integración espiritual.
45 Jung, C. G. (1964) – Analiza el proceso de individuación como un viaje no lineal de integración de las distintas partes de la psique, concepto que se asemeja al movimiento espiralado de la conciencia espiritual.
46 James (1890) – Describe la conciencia como un flujo continuo que integra experiencias sensoriales, racionales y emocionales, base para comprender la conciencia humana.
47 Tolle (1997) – Explica cómo la identificación con el ego condiciona la conciencia, ilustrando la fragmentación propia de la conciencia humana no integrada.
48 Ramana Maharshi (2000) – Enseña que la conciencia espiritual es el reconocimiento directo del Ser, aportando un referente místico sobre el “recuerdo del origen”.
49 Vaughan (1986) – Aporta la idea de que integrar distintos niveles de conciencia produce sanación y coherencia interna, clave para el pasaje de lo humano a lo espiritual.
50 Hanh (1998) – Muestra cómo la atención plena y la presencia en el cuerpo son parte del camino hacia la integración de conciencia humana y espiritual.

CAPÍTULO 2: EL ALMA Y EL ESPÍRITU EN LA MÍSTICA HEBREA – RELECTURA CONTEMPORÁNEA DESDE LOS SIETE CUERPOS

2.1 Néfesh, Ruaj y Neshamá: estructura del alma según la Kabalá

La tradición hebrea, particularmente en su vertiente mística representada por la Kabalá, no concibe al alma como una entidad única o monolítica, sino como una estructura compuesta por diferentes niveles o dimensiones. Esta concepción permite comprender que lo que en Occidente se ha resumido con los términos "alma" o "espíritu" en realidad refiere a diferentes funciones de la conciencia encarnada. Esta tripartición, presente en fuentes como el *Zóhar*[51], el *Sefer Yetzirá*[52] y el pensamiento de grandes sabios como el Arizal (Isaac Luria)[53], se conoce como:

- Néfesh (נפש): el alma vital, ligada al cuerpo físico y a las funciones básicas de la vida.
- Ruaj (רוח): el espíritu emocional, moral e intelectual, que media entre el instinto y la divinidad.
- Neshamá (נשמה): el alma superior o divina, que está siempre unida a Dios y que constituye la esencia eterna del ser.

A estos tres niveles, algunos textos agregan dos más (Jaiá y Yejidá), que corresponden a estados más elevados de conciencia divina. Sin embargo, la mayoría de los estudios espirituales y psicológicos de inspiración cabalista trabajan sobre la base de esta estructura ternaria, que resulta especialmente útil para comprender el vínculo entre alma, espíritu y conciencia.

A lo largo de este capítulo se presentará primero la estructura clásica según la tradición cabalística, para luego introducir una reinterpretación contemporánea que propone la unificación de Néfesh y Ruaj bajo el concepto de "espíritu", en base a la observación energética, el trabajo terapéutico y la experiencia directa del autor.

En este estudio, se adopta una nueva mirada integradora que distingue con claridad entre "alma" y "espíritu". Se define alma como la Neshamá: la conciencia divina, pura, eterna e inmutable que permanece siempre unida a la Fuente. Por otro lado, se entiende como espíritu al conjunto compuesto por Ruaj y Néfesh: el vehículo multidimensional que permite que la conciencia del alma se manifieste y evolucione en la experiencia encarnada.

---

51 Zóhar, ca. siglo XIII – Texto fundamental de la Kabalá, atribuido tradicionalmente a Shimon bar Yojai. Presenta en forma simbólica y alegórica la estructura del alma y su relación con la divinidad.

52 Sefer Yetzirá, ca. siglo III–VI – Uno de los textos más antiguos de la tradición mística judía. Expone la creación y el orden del universo a través de las letras hebreas y los números, y menciona niveles de existencia vinculados a la estructura del alma.

53 Luria, ca. 1570 – Isaac Luria, conocido como el Arizal, fue un maestro cabalista que sistematizó gran parte de la enseñanza sobre las dimensiones del alma, desarrollando la interpretación que más influencia tuvo en la Kabalá posterior.

Aunque en el lenguaje cabalístico tradicional los tres niveles son denominados colectivamente como “el alma”[54], en este trabajo se emplea el término “alma” exclusivamente para referirse a la Neshamá, con el fin de clarificar su papel trascendente y distinguirlo de los procesos energéticos y psicológicos del espíritu humano.

2.2 Interpretación etimológica y energética

Néfesh (נפש)

Etimológicamente, *néfesh* proviene de una raíz que implica aliento, vida animada, impulso[55]. Es el alma más "baja", no por su valor, sino por su función: es la chispa de vida que anima el cuerpo. Representa los instintos, la supervivencia, los impulsos primarios[56]. En hebreo bíblico, el término se utiliza a menudo para designar a la "persona" en su totalidad viviente.[57]

Desde una mirada energética, el *néfesh* vibra en los tres primeros cuerpos sutiles: el físico, el mental y el emocional[58]. Es allí donde el alma se encuentra más expuesta al entorno, al dolor, a la programación inconsciente. Por ello, muchas personas viven su existencia solo desde este nivel, sin haber despertado aún su conciencia espiritual.

En Levítico 17:11 se afirma:

> *“Porque la vida (néfesh) de la carne está en la sangre”*
> *כִּי נֶפֶשׁ הַבָּשָׂר בַּדָּם הִוא...*
> *(Ki néfesh habasár badám hí...)*[59]

Este versículo establece de forma inequívoca que el alma vital está en la sangre, es decir, que se expresa a través de las funciones corporales, los instintos de supervivencia y las emociones básicas. Por esta razón, muchas leyes del judaísmo relacionadas con la pureza y la alimentación prohíben el consumo de sangre[60]: porque en ella reside la néfesh.

Ruaj (רוח)

La palabra *ruaj* significa literalmente “viento”, “soplo” o “espíritu”[61]. Es el principio dinámico y moral del ser humano, donde se desarrollan las emociones, la voluntad y el discernimiento[62]. Es el

54 Schaya, 1962 – Leo Schaya exploró las correspondencias entre mística judía y otras tradiciones espirituales, destacando la comprensión de los tres niveles clásicos del alma como una totalidad integrada.
55 En hebreo bíblico, la raíz נ–פ–ש (n-f-sh) se relaciona con el concepto de respirar o exhalar, implicando vitalidad.
56 Esta interpretación coincide con el uso bíblico en textos como Génesis 9:4–5, donde néfesh describe la vida animal
57 El término es usado en numerosas ocasiones como sinónimo de “persona” (por ejemplo, Éxodo 1:5).
58 La asociación con los tres primeros cuerpos sutiles proviene de la tradición energética moderna, sin pretender equivalencia exacta con la Kabalá.
59 Traducción y transcripción directa del hebreo masorético.
60 Basado en la interpretación rabínica que considera la sangre como portadora de la vida, razón de las prohibiciones alimentarias (Levítico 7:26–27).
61 La raíz ר–ו–ח (r-v-j) se encuentra en múltiples contextos, desde viento físico hasta inspiración espiritual.
62 Interpretación tradicional judía y cabalística que asigna a Ruaj funciones morales y emocionales.

plano del alma en evolución, el puente entre lo terrenal y lo divino[63]. A diferencia del néfesh, el ruaj puede crecer, elevarse, refinarse[64].

En términos energéticos, el *ruaj* abarca los cuerpos etérico, causal, búdico y átmico[65]. Es decir, todo el sistema espiritual en movimiento: el que siente, el que sana, el que intuye, el que se alinea. Es en este campo donde ocurren las crisis, las purificaciones, las "noches oscuras del alma"[66]. No es el alma la que sufre: es el ruaj el que atraviesa el proceso de recuerdo y alineación.

En la Biblia hebrea, Ruaj aparece tanto como "espíritu" como "viento" o "aliento", y su uso oscila entre lo divino y lo humano[67]. En *Génesis 1:2*, antes del acto creador, se lee:

> *"Y el espíritu de Dios se movía sobre la superficie de las aguas"*
> *וְרוּחַ אֱלֹהִים מְרַחֶפֶת עַל־פְּנֵי הַמָּיִם׃*
> *(VeRuaj Elohím merajéfet al-penéi hamáyim)*[68]

Este pasaje indica que Ruaj es el agente activo que prepara el espacio para la creación[69]. El verbo *merajéfet* ("aletear", "moverse suavemente") sugiere una presencia protectora, creativa y transformadora, no meramente pasiva.[70]

En el plano humano, *Eclesiastés 12:7* afirma que:

> **"***Y el polvo volverá a la tierra como era, y el espíritu regresará a Dios que lo dio."*
> *וְיָשֹׁב הֶעָפָר עַל־הָאָרֶץ כְּשֶׁהָיָה וְהָרוּחַ תָּשׁוּב אֶל־הָאֱלֹהִים אֲשֶׁר נְתָנָהּ׃*
> *(Veyashov he'afár al-ha'áretz k'shehayá vehaRuaj tashúv el-haElohím asher netaná)*[71]

En la literatura cabalística, Ruaj es la dimensión del alma que contiene las emociones superiores, la capacidad moral y el libre albedrío. Según Moshe Idel, Ruaj representa "la zona intermedia del alma, aquella que vibra entre la animalidad del néfesh y la pureza de la neshamá, y que por ello requiere mayor trabajo de transformación".[72]

Neshamá (נשמה)

La *neshamá* es la esencia divina, el alma eterna, el soplo de Dios[73]. No se contamina, no se pierde, no se fragmenta. Siempre permanece unida a la Fuente, aunque el ser encarnado no lo recuerde[74]. Es el nivel más elevado del alma, el que sostiene la existencia desde el origen[75].

---

63 El puente entre lo material y lo espiritual es un tema recurrente en la Kabalá de Moshe Cordovero y en la filosofía jasídica.
64 Referencia a la capacidad de crecimiento espiritual que Ruaj posee, según textos como el Sefer HaBahir.
65 Relación establecida desde la visión energética contemporánea, compatible pero no idéntica a las sefirot.
66 "Noche oscura del alma" es un término místico cristiano aplicado aquí por analogía a procesos de Ruaj.
67 El término aparece 378 veces en el Tanaj, con sentidos variables según el contexto.
68 Traducción y transcripción del texto masorético de Génesis 1:2.
69 Interpretación simbólica: Ruaj como fuerza ordenadora previa a la creación.
70 El verbo *merajéfet* también se usa en Deuteronomio 32:11 para describir a un águila protegiendo a sus polluelos.
71 Texto de Eclesiastés 12:7, citado desde la tradición masorética.
72 Interpretación de Moshe Idel en *Kabbalah: New Perspectives*.
73 Definición basada en fuentes rabínicas como el Talmud de Jerusalén, Berajot 9:2.
74 Principio cabalístico según el cual la Neshamá nunca se separa de Dios, incluso en el pecado.
75 Descripción recurrente en textos como el *Zóhar*, parte III, 152a.

Etimológicamente, *neshamá* comparte raíz con *neshimá* (respiración), pero también con *shem* (nombre)[76], lo cual indica que en ella reside el "Nombre de Dios" en nosotros, la identidad divina que portamos[77]. No actúa, no se mueve, no reacciona: simplemente Es[78].

Energéticamente, la neshamá no se manifiesta a través de los cuerpos, sino que los trasciende[79]. Sin embargo, cuando el ruaj se ordena, se vuelve transparente a la luz de la neshamá[80], y entonces el ser humano actúa desde la sabiduría, el amor y la unidad[81]. Esta manifestación es lo que las tradiciones místicas denominan "iluminación"[82]: el instante en que el yo inferior se disuelve en la conciencia superior y el ser humano actúa desde la unidad, la sabiduría y el amor.

En *Génesis 2:7*, se describe el momento en que el ser humano es animado por la Neshamá:

> *"Y sopló en su nariz aliento de vida, y el hombre fue un ser viviente."*
> *וַיִּפַּח בְּאַפָּיו נִשְׁמַת חַיִּים וַיְהִי הָאָדָם לְנֶפֶשׁ חַיָּה׃*
> *(Vayyipaj be-apav nishmat jayím, vayehí haadam le-néfesh jayá)*[83]

Este versículo es clave para entender la Neshamá como el aliento divino que procede directamente de Dios[84]. A diferencia del *Néfesh*, que está en la sangre y permite la vida biológica, o del *Ruaj*, que representa la conciencia emocional y moral, la Neshamá es el sello espiritual del ser humano, la parte que nunca se separa de la Fuente.

En la Kabalá, se considera que la Neshamá reside en los planos más elevados del alma[85], y que su conexión directa con Dios permanece intacta, aunque el individuo no sea consciente de ello. Aryeh Kaplan afirma que "*la Neshamá representa la parte más elevada del alma que puede unirse a la conciencia humana*"[86], y que es a través de ella que se recibe inspiración, profecía, y comprensión intuitiva del propósito espiritual.

2.3 Diferencia entre alma divina (Neshamá) y espíritu (Ruaj + Nefesh)

En este estudio se propone una visión reinterpretada de la estructura del alma humana desde la mística hebrea, basada en la experiencia energética, la integración espiritual y la observación terapéutica profunda. Esta reinterpretación parte de una decisión clave: unificar los niveles de Néfesh y Ruaj bajo el concepto de "espíritu"[87].

---

76 Relación etimológica aceptada en filología hebrea.
77 Interpretación mística: "Nombre de Dios" como identidad divina interior.
78 Idea presente en enseñanzas jasídicas que describen la Neshamá como "ser puro".
79 Concepto de trascendencia más allá de los cuerpos sutiles según la tradición mística moderna.
80 Imagen de "transparencia" tomada de metáforas de Isaac Luria.
81 Comportamiento alineado con atributos divinos, descrito en Musar y Kabalá.
82 Iluminación entendida como unidad consciente, paralela a *devekut* en la mística judía.
83 Traducción literal del hebreo masorético de Génesis 2:7.
84 Interpretación rabínica y cabalística que ve este acto como infusión directa de divinidad.
85 Según la tradición, Neshamá pertenece a los tres niveles más altos del alma (junto con Jayá y Yejidá).
86 Kaplan, A. (1990). *Inner Space: Introduction to Kabbalah, Meditation and Prophecy (p. 29)*. Moznaim Publishing.
87 La unificación de Néfesh y Ruaj bajo un solo concepto no es tradicional, pero guarda paralelismos con la idea jasídica de que las dimensiones inferiores del alma forman un "instrumento" para la Neshamá.

Tradicionalmente, la Kabalá distingue entre tres niveles del alma[88]:

- **Néfesh**: alma vital, ligada al cuerpo y a la experiencia terrenal básica.
- **Ruaj**: espíritu emocional y moral, mediador entre cuerpo y divinidad.
- **Neshamá**: alma divina, eterna e inmutable, unida siempre a Dios.

Desde la estructura clásica cabalística, el Néfesh suele considerarse como el nivel más denso o "inferior" del alma, vinculado directamente al cuerpo y a las funciones vitales básicas[89]. El Ruaj, por su parte, representa un peldaño evolutivo intermedio que actúa como puente entre lo físico y lo espiritual[90]. Este nivel intermedio desempeña un rol clave, ya que articula la dimensión encarnada con la trascendente, y se asocia con los cuerpos más sutiles del ser[91]:

- **Etérico**: contiene nuestra energía vital y aura.[92]
- **Causal**: almacén de memorias kármicas y del propósito de vida.[93]
- **Búdico**: canal de facultades intuitivas y percepciones extrasensoriales.[94]
- **Átmico**: encarna la conciencia de unidad y el estado de no juicio.[95]

Aunque el cuerpo etérico es considerado por algunas tradiciones como una extensión del cuerpo físico[96], en esta propuesta se lo incluye dentro del campo del Ruaj[97]. Esto se debe a que el Ruaj no es exclusivamente "espiritual" en un sentido elevado o abstracto, sino que abarca también dimensiones energéticas densas como el campo vital y emocional[98]. En este contexto, el cuerpo etérico funciona como un umbral de transición entre el plano instintivo del Néfesh y las esferas más elevadas del espíritu[99]. Organiza la energía vital, interactúa con el entorno y responde tanto a impulsos inconscientes como a decisiones conscientes, lo que lo vincula vibracionalmente con la dimensión ruájica del ser.[100]

A la luz de la experiencia espiritual contemporánea —especialmente en procesos de sanación energética profunda y expansión de la conciencia— se observa que el Néfesh y el Ruaj no operan

88 Ver *Sha'ar HaGilgulim* de Isaac Luria, cap. 1, donde se establecen los tres niveles principales del alma.
89 Véase *Etz Chaim* de Jaim Vital, Portal 50, sobre la jerarquía y densidad de los niveles del alma.
90 El rol de puente del Ruaj está explicado en *Tanya*, cap. 2–3.
91 La asociación de niveles espirituales con "cuerpos sutiles" proviene de la teosofía y escuelas esotéricas modernas, integradas aquí en clave cabalística.
92 El cuerpo etérico, en términos energéticos, aparece en obras de Leadbeater y Alice Bailey, aunque aquí se adapta al marco ruájico.
93 El cuerpo causal se identifica con la memoria kármica en tradiciones orientales, pero en Kabalá puede vincularse a registros del alma (cf. Sefer HaBahir, p. 119).
94 El cuerpo búdico como canal intuitivo se aproxima al nivel de Jojmá en la sefirot.
95 El cuerpo átmico y la conciencia de unidad pueden relacionarse con la sefirá de Kéter.
96 Leadbeater lo define como "doble etérico" del cuerpo físico; en antroposofía, Steiner lo llama "cuerpo vital".
97 Integrar lo etérico dentro del Ruaj permite un marco coherente con la visión de unidad funcional del espíritu humano.
98 Esto rompe con la separación rígida entre energía "densa" y "sutil", reconociendo la continuidad vibracional.
99 Funciona como un puente vibracional, tal como el plexo solar lo hace en la anatomía energética.
100 Esta conexión dinámica entre instinto y voluntad consciente refleja la función del Ruaj como mediador.

como entidades separadas, sino como un único campo vibracional interconectado: el espíritu humano, entendido como el vehículo dinámico del alma en la existencia encarnada.[101]

¿Por qué unificar Néfesh y Ruaj como "espíritu"?

La propuesta aquí planteada surge de una comprensión integradora basada en la experiencia directa de trabajo energético y espiritual. En lugar de ver al Néfesh y al Ruaj como niveles separados, se los concibe como un solo campo vibracional multidimensional: el espíritu, que actúa como vehículo del alma divina (Neshamá) en la experiencia encarnada.

Este enfoque parte de tres observaciones fundamentales:

1. Ambos forman parte de la experiencia encarnada

Tanto el Néfesh como el Ruaj operan dentro de la dualidad, pero en niveles distintos de complejidad y función energética. El Néfesh se expresa a través de los impulsos primarios, la memoria corporal, los instintos de supervivencia, y es el contenedor principal de las emociones básicas, los miedos y las creencias limitantes que se originan en la infancia, el entorno y el inconsciente colectivo[102]. Es, por tanto, el plano más afectado por la programación, el trauma y la repetición transgeneracional[103].

Por su parte, el Ruaj actúa como un campo más elevado de conciencia espiritual, portador de la voluntad, la intuición, la capacidad kármica de elección y, en su forma más evolucionada, de la conciencia crística[104]. Es en el Ruaj donde se integran los procesos de discernimiento profundo, el impulso ético y la sensibilidad energética que permite al individuo trascender el automatismo y alinearse con su propósito interior[105]. Ambos niveles están sujetos a evolución, sanación y transformación, pero es en su integración como espíritu unificado donde puede emerger una verdadera alquimia de conciencia.

Desde el punto de vista energético, estos niveles se manifiestan en los siete cuerpos sutiles del espíritu: físico, mental, emocional, etérico, causal, búdico y átmico[106]. De este modo, el espíritu no es una entidad abstracta, sino una estructura dinámica y sensible, sujeta a transformación, sanación y evolución.

2. Ambos pueden fragmentarse, bloquearse o enfermar

A nivel terapéutico, no se distingue una “enfermedad del Néfesh” y otra del Ruaj de forma aislada, sino que las heridas, traumas o bloqueos se manifiestan como un campo vibracional unificado y

101 Esta conclusión se basa en observaciones clínicas en terapias de alineación energética y en la noción cabalística de que las fuerzas del alma trabajan como un conjunto armónico (*Nefesh HaJaim*, I:15)

102 El *Sefer HaBahir* y el *Zóhar* describen el Néfesh como el nivel vital más próximo al cuerpo, portador de la fuerza instintiva. Este aspecto se asocia con funciones de supervivencia y memoria física.

103 En psicología transpersonal, el cuerpo emocional denso (afín al Néfesh) se ve influido por improntas infantiles y traumas transgeneracionales. Véase Grof, S. (2000) *Psychology of the Future*.

104 El *Ruaj* es descrito en la Kabalá como el nivel de la voluntad, la moral y la capacidad de conexión inspirada, situado entre el Néfesh y la Neshamá. Véase Kaplan, A. (1990) *Inner Space*, cap. 4.

105 El discernimiento profundo vinculado al Ruaj tiene paralelos en el concepto jasídico de *da’at* elevado, que conecta razón y emoción en alineación espiritual.

106 La correlación entre los cuerpos sutiles y las categorías cabalísticas no es tradicional sino una síntesis contemporánea inspirada en teosofía, yoga y Kabalá hermética.

alterado[107]. Por ejemplo, un miedo profundo puede afectar simultáneamente la respuesta instintiva del Néfesh y la frecuencia emocional o moral del Ruaj, dando lugar a síntomas físicos, emocionales y conductuales.

Esta visión integradora es coherente con los planteamientos de la psicología transpersonal, que considera al "espíritu humano encarnado" como el contenedor dinámico de todas las experiencias de la vida, sujeto a evolución, transformación y sanación. En este marco, el alma —entendida como conciencia pura o esencia divina— se mantiene intacta, sin fragmentación ni patología[108].

3. Es el conjunto Ruaj + Néfesh el que permite que la conciencia viaje

La conciencia no es estática. Se desplaza, se expande, se contrae, se identifica, se libera[109]. Este movimiento ocurre en el campo del espíritu, no en el alma divina. La Neshamá no sufre, no se fragmenta, ni necesita evolucionar: simplemente *Es*. Pero para que esa luz se exprese en el plano humano, necesita un vehículo —el espíritu— que actúe como puente entre lo eterno y lo transitorio.

Esta distinción también está presente en enseñanzas jasídicas, donde se afirma que el alma superior (Neshamá) permanece en los mundos elevados incluso mientras una porción desciende y anima el cuerpo[110]. En este sentido, la conciencia no viaja "desde" el alma, sino "a través" del espíritu.

La reinterpretación de la estructura del alma humana propuesta aquí no niega la tradición, sino que la expande desde una mirada experiencial y terapéutica. Unificar Néfesh y Ruaj como "espíritu" permite comprender mejor los procesos de sanación, integración y despertar espiritual que atraviesan los seres humanos. El alma (Neshamá) permanece como la fuente divina inmutable; el espíritu (Ruaj + Néfesh) es el campo donde ocurre la transformación.

Metáfora simbólica: el Sol, el Prisma y el Espejo[111]

La estructura tripartita del alma humana, según la mística hebrea, puede comprenderse a través de una metáfora luminosa y simbólicamente potente: la del Sol, el Prisma y el Espejo. Esta imagen permite visualizar con claridad la relación entre los distintos niveles del alma (Neshamá, Ruaj y Néfesh) y su impacto en la experiencia humana.

- La Neshamá es como el Sol eterno: una fuente inagotable de luz y energía divina. No cambia, no se apaga, no se ve afectada por el tiempo ni por las circunstancias terrenales. Es

107 En la práctica clínica energética, bloqueos en el campo emocional afectan tanto la respuesta física (Néfesh) como la ética/moral (Ruaj). Véase Brennan, B. (1987) *Hands of Light*.

108 Grof y Wilber describen el "self encarnado" como unidad compleja que integra todos los niveles de la experiencia, sin separar patología física, emocional o espiritual.

109 Esta concepción dinámica de la conciencia está presente en Vedānta, Dzogchen y Kabalá, donde se entiende que la atención puede viajar por distintos planos.

110 Steinsaltz, A. (1989). *The Thirteen Petalled Rose*, cap. 2, describe que la Neshamá permanece en planos elevados mientras solo un aspecto anima el cuerpo.

111 Metáfora de autoría propia creada por *Nexus Lux*. Inspirada en la estructura tripartita del alma descrita en la Kabalá (Neshamá, Ruaj y Néfesh) y enriquecida con principios de terapias energéticas contemporáneas. No corresponde a una alegoría tradicional registrada en textos antiguos, sino a una síntesis original con fines explicativos y pedagógicos.

la esencia pura del alma, unida permanentemente a la Fuente. Al igual que el sol, su irradiación es constante, aunque no siempre visible desde el plano encarnado.

- El espíritu, compuesto por el Ruaj y el Néfesh, se asemeja a un conjunto de cristales o prismas. Esta estructura prismática es la encargada de refractar y modular la luz del alma para que pueda expresarse en los diferentes planos de la existencia: físico, emocional, mental, energético y moral. El Ruaj actúa como la lente refinada que da dirección, propósito y sensibilidad espiritual al haz de luz; el Néfesh, como el cristal más denso que traduce la energía en vitalidad biológica, instinto y reacción.
- Cuando estos cristales están alineados, limpios y armónicos, la luz divina fluye sin distorsión. El ser humano, entonces, actúa desde la claridad, la verdad interior y el amor esencial, manifestando coherentemente la voluntad de su Neshamá en el mundo material.
- En cambio, cuando el espíritu está fragmentado, bloqueado o “ensuciado” por traumas, condicionamientos o conflictos no resueltos, esa luz se refracta de manera caótica, se dispersa, se oscurece o se distorsiona. Es entonces cuando surgen síntomas de desconexión, como confusión existencial, sufrimiento emocional, patrones repetitivos o incluso enfermedad. El individuo ya no se percibe como expresión del alma, sino como un ser aislado, dividido y carente.

Esta metáfora integra en una sola imagen los principios fundamentales de la Kabalá y de las terapias energéticas contemporáneas: la unidad entre lo divino y lo humano, la centralidad de la luz como símbolo del alma, y la importancia de armonizar los planos sutiles para permitir la expresión plena de la conciencia.

Implicaciones de esta distinción

Esta forma de comprender el alma y el espíritu no es solo un ejercicio teórico. Tiene implicaciones prácticas, espirituales y terapéuticas profundas:

- Se elimina la noción errónea de que el alma puede “perderse” o “dañarse”.[112]
- Se clarifica que todas las heridas, bloqueos, enfermedades y distorsiones ocurren en el espíritu, no en el alma.[113]
- Se comprende que el alma no necesita sanar: es el espíritu el que necesita recordar, reordenarse y alinearse.[114]
- Se revela que el trabajo espiritual auténtico no es "elevar el alma", sino purificar y organizar el espíritu para que la luz del alma pueda expresarse plenamente.[115]

112 Según la mística hebrea y la visión no-dual contemporánea, el alma (Neshamá) es de naturaleza divina y no puede ser dañada ni perdida. Véase también *Zóhar*, I:206b.

113 Esta idea coincide con planteamientos de la psicología transpersonal (Grof, 2000; Wilber, 2006) que ubican las distorsiones y bloqueos en los niveles intermedios de la psique o espíritu.

114 En la tradición jasídica, el Ruaj y el Néfesh son susceptibles de impurificación o desorden, mientras que la Neshamá permanece pura (*Tanya*, cap. 2).

Desde esta visión, se afirma con claridad que el espíritu (Ruaj + Néfesh) no es el alma (Neshamá), sino el puente multidimensional a través del cual la conciencia del alma se manifiesta en la Tierra[116]. El alma no sufre ni se enferma; lo que sufre, se fragmenta y necesita integrar es el espíritu[117].

Este acto de distinción no divide, sino que ordena. Y cuando el orden se restablece, la luz puede fluir.

2.4 Los siete cuerpos y su vínculo con Néfesh, Ruaj y Neshamá

En base a esta estructura hebrea ancestral, este estudio propone una reinterpretación contemporánea que permita articular la visión cabalista con el modelo energético de los siete cuerpos sutiles. Así se establece una correspondencia pedagógica:

Nivel del Alma (Kabalá)	Cuerpos Sutiles Asociados	Conciencia asociada
Néfesh	Físico, Mental, Emocional	Sensorial, racional, emocional
Ruaj	Etérico, Causal, Búdico, Átmico	Energética, kármica, intuitiva, de unidad
Neshamá	Transcendente, no-corporal	Conciencia divina (presencia absoluta)

Mente inferior, mente superior y las dinámicas del ego espiritual

En relación con el cuerpo mental, es importante señalar que este no es una estructura homogénea, sino que presenta dos niveles diferenciados de funcionamiento dentro de la arquitectura de los cuerpos sutiles del ser humano[118]. Esta distinción resulta crucial no solo desde el punto de vista energético, sino también para comprender los procesos psicológicos y espirituales implicados en el desarrollo de la conciencia.

- La mente inferior, asociada al razonamiento lógico, el análisis lineal y la estructuración del pensamiento cotidiano, se manifiesta en el cuerpo mental inferior, correspondiente al nivel del Néfesh[119]. Esta mente opera desde un paradigma dual, es decir, interpreta la realidad mediante categorías de juicio, comparación, miedo, expectativa o defensa[120]. Está profundamente influenciada por la programación social, la educación recibida, las creencias limitantes adquiridas a lo largo de la vida, el entorno cultural, y la memoria corporal inconsciente[121]. Es el plano donde emergen los automatismos, el diálogo interno repetitivo, la rumiación mental y las reacciones emocionales primarias. Su orientación es funcional y

115 Esta reinterpretación terapéutica integra principios de la Kabalá y de prácticas de sanación energética, donde la labor consiste en limpiar y alinear el campo sutil, no en modificar el alma.

116 Cf. Steinsaltz, A. (1989). *The Thirteen Petalled Rose*, sobre el concepto del alma superior que permanece en planos elevados mientras una porción desciende al cuerpo.

117 Coincide con la noción cabalista de que el sufrimiento pertenece al mundo de la acción (*Asiyah*) y de la formación (*Yetzirah*), no al mundo de la emanación (*Atzilut*), donde reside la Neshamá.

118 Según la Kabalá y la psicología transpersonal, la mente es un puente entre lo físico y lo espiritual, con distintos niveles de manifestación (Wilber, 2000; Grof, 2000).

119 Véase *Tanya*, cap. 1–2, donde el Néfesh se asocia a la vida física y a las reacciones emocionales primarias.

120 Fromm, E. (1964). *The Heart of Man*. Harper & Row.

121 Pert, C. B. (1997). *Molecules of Emotion*. Scribner.

adaptativa, pero cuando se encuentra desconectada del resto de los cuerpos sutiles, tiende a generar una identidad rígida y fragmentada[122].

- La mente superior, en cambio, está vinculada al discernimiento ético, la contemplación espiritual, la comprensión intuitiva y la percepción no-dual[123]. Se manifiesta principalmente a través del cuerpo causal y el cuerpo búdico, ambos integrados dentro del campo vibracional del Ruaj. Este nivel mental no opera desde el pensamiento discursivo ni desde la lógica lineal, sino desde una capacidad de percepción directa de la verdad interior, de lectura profunda del significado oculto de las experiencias y de alineación con el propósito del alma[124]. Es desde esta mente superior que el ser humano puede actuar con coherencia, compasión y sabiduría, reconociendo la interconexión de todas las cosas.

Esta diferenciación no implica que una mente sea "buena" y la otra "mala", sino que representan dos niveles de conciencia complementarios[125]. Sin embargo, para acceder a una vida espiritualmente integrada, es necesario transmutar la mente inferior, limitada por la estructura egoica, en una mente superior alineada con la luz de la Neshamá.

El ego como dinámica psicoespiritual: entre la máscara y el vehículo

Dentro de este marco, es preciso introducir una distinción clave en relación al concepto de ego, que ha sido ampliamente debatido tanto en la psicología como en las tradiciones espirituales. En este estudio, se propone considerar al ego no como algo que deba ser destruido, sino como una estructura dinámica que puede manifestarse en distintos niveles de conciencia:

- El ego inferior (ligado al Néfesh) es una construcción identitaria basada en la separación, el miedo, las heridas tempranas, los patrones defensivos y la necesidad de supervivencia psíquica. Se manifiesta a través de mecanismos como el control, el juicio, la autoimagen, la necesidad de aprobación, la competencia o la reactividad emocional. Es el ego herido, reactivo, que surge cuando la conciencia queda atrapada en la mente inferior.[126]
- El ego integrado o transmutado (ligado al Ruaj), en cambio, actúa como vehículo consciente del alma. No desaparece, sino que se reestructura en coherencia con la sabiduría interna[127]. Este ego ya no se define por la defensa o el miedo, sino por el discernimiento, el compromiso ético, la expresión del ser auténtico y la capacidad de sostener límites sanos y decisiones alineadas con el propósito espiritual. Es el "yo" operativo que permite actuar en el mundo sin identificarse con la fragmentación del yo inferior.

122 Alexander, C. N., & Langer, E. J. (1990). *Higher Stages of Human Development*. Oxford University Press.
123 Wilber, K. (2000). *Integral Psychology*. Shambhala.
124 Kabir Helminski (1992). *The Knowing Heart*. Shambhala.
125 Metáfora y desarrollo conceptual de autoría propia (*Nexus Lux*), integrando fuentes cabalistas y terapéuticas.
126 Esta noción coincide con la descripción del "yo condicionado" en el ámbito de la psicología humanista y transpersonal, tal como lo desarrolla Roberto Assagioli en *Psicosíntesis* (1965), donde expone cómo la identidad se construye desde experiencias tempranas y defensas inconscientes.
127 En la tradición cabalista, el Ruaj se asocia con el discernimiento y la alineación ética (Kaplan, *Jewish Meditation*, 1985, p. 47). Esta visión permite entender el ego como instrumento refinado, no como obstáculo absoluto

Esta perspectiva se alinea con las corrientes de la psicología transpersonal[128] y con las enseñanzas espirituales que reconocen que la iluminación no implica la anulación de la identidad, sino su transformación en un instrumento lúcido al servicio de la conciencia[129].

Desde esta comprensión, el camino espiritual no consiste en negar o eliminar el ego, sino en sanar sus heridas, desprogramar sus condicionamientos y permitir que se reorganice como estructura funcional dentro de un sistema mayor: el espíritu (Ruaj + Néfesh), que a su vez actúa como puente entre la experiencia encarnada y la conciencia divina del alma (Neshamá)[130]. Así, la mente inferior deja de dominar la percepción, y la mente superior puede guiar desde una conciencia más vasta y amorosa, permitiendo la manifestación de una vida coherente, creativa y profundamente significativa

CAPÍTULO 3: EL ESPÍRITU COMO PUENTE ENCARNADO

3.1 Los siete cuerpos sutiles: arquitectura del espíritu

Desde una visión energética, psicológica y espiritual integral, el ser humano no puede ser comprendido como una mera entidad biológica, ni tampoco como una conciencia abstracta desvinculada de su dimensión encarnada[131]. La experiencia humana se manifiesta a través de una estructura multidimensional, compuesta por diversos niveles vibracionales que conforman lo que aquí denominamos arquitectura del espíritu. Esta arquitectura es dinámica, entrelazada e interdependiente; cada nivel contiene en sí una función específica, una forma de conciencia y una manifestación vibratoria que permite al alma expresarse, evolucionar y transformarse en la materia[132].

En este modelo, el espíritu no se concibe como una energía uniforme, sino como una integración activa de dos campos diferenciados:

- **Néfesh**, entendido como el alma vital e instintiva, que sostiene la dimensión sensorial, emocional y reactiva.
- **Ruaj**, el espíritu moral-intuitivo, portador del discernimiento, la conciencia energética y el impulso hacia la trascendencia.

128 Stanislav Grof, *Psychology of the Future* (2000), y Ken Wilber, *Integral Psychology* (2000), describen procesos de “transformación del ego” en lugar de su eliminación.

129 Eckhart Tolle, en *Una nueva tierra* (2005), enfatiza que la trascendencia del ego implica reconocerlo y permitir que sea un vehículo de la presencia consciente.

130 En la reinterpretación propuesta en este estudio, el “espíritu” como unión de Néfesh y Ruaj actúa como puente vibracional que posibilita la expresión encarnada de la Neshamá, manteniendo así la coherencia entre psicología y mística hebrea.

131 Ken Wilber, *Integral Psychology* (2000), plantea que reducir al ser humano a un solo nivel —ya sea biológico o puramente mental— es un error epistemológico que impide su comprensión completa.

132 Fritjof Capra, *La trama de la vida* (1996), describe la interdependencia entre sistemas biológicos y campos energéticos como base para una visión holística.

Ambos campos forman el vehículo mediante el cual la Neshamá (el alma divina, eterna, inmutable) puede manifestarse en la existencia terrenal. Esta visión —inspirada en la tradición hebrea y enriquecida por aportes de la psicología transpersonal, la filosofía perenne y la física cuántica— propone una integración entre cuerpo, energía, mente, emoción, memoria y conciencia superior como expresión de un solo campo: la conciencia encarnada[133].

A continuación, se describe cada uno de los siete cuerpos sutiles, con su correspondiente nivel de conciencia, función espiritual y asociación energética:

1. Cuerpo físico

- **Relacionado con:** Néfesh
- **Conciencia asociada:** Sensorial e instintiva
- **Chakra:** Muladhara (raíz)

El cuerpo físico es el vehículo material que permite a la conciencia experimentarse en el plano tridimensional[134]. Está formado por sistemas orgánicos interconectados que sostienen las funciones vitales básicas: nutrición, movimiento, percepción sensorial, reproducción y supervivencia. Pero más allá de su biología visible, el cuerpo físico también registra memorias celulares, emociones reprimidas y traumas somatizados[135], lo que evidencia su integración con planos más sutiles de la conciencia.

Desde la perspectiva de este modelo, el cuerpo físico no es un mero soporte inerte, sino un espejo directo del estado energético, emocional y espiritual del individuo[136]. Su salud o enfermedad se vincula estrechamente al equilibrio o distorsión de los cuerpos superiores, y por tanto, la sanación física requiere un abordaje multidimensional que incluya emoción, energía y propósito[137].

2. Cuerpo mental

- **Relacionado con:** Néfesh (mente inferior) y Ruaj (mente superior)
- **Conciencia asociada:** Racional-discursiva (inferior) y ética-intuitiva (superior)
- **Chakra:** Manipura (plexo solar)

El cuerpo mental es el campo donde se organizan y procesan los pensamientos, las creencias, los juicios, las ideas y las representaciones simbólicas que estructuran la visión del mundo y del yo[138]. En él se articula el ego psicológico, construcción que puede operar como herramienta de

133 Stanislav Grof, *Psychology of the Future* (2000), integra la psicología profunda con experiencias de expansión de conciencia que trascienden lo puramente mental.

134 Deepak Chopra, *Cuerpos sin edad, mentes sin tiempo* (1993), desarrolla la idea de que el cuerpo físico es un proceso energético en constante renovación.

135 Candace Pert, *Molecules of Emotion* (1997), demuestra científicamente cómo las emociones se registran en el cuerpo a nivel celular.

136 Caroline Myss, *Anatomy of the Spirit* (1996), explica la relación directa entre estados energéticos y manifestaciones físicas.

137 Bruce Lipton, *La biología de la creencia* (2005), vincula creencias y percepciones con la respuesta fisiológica y la salud celular.

diferenciación e identidad, o bien como barrera de separación y sufrimiento, según su grado de integración[139].

Este cuerpo se divide en dos niveles funcionales:

- **Mente inferior**: Condicionada por la cultura, la educación, el entorno y las emociones no resueltas[140]. Opera en la dualidad, el análisis y el juicio constante. Su contenido suele ser reactivo, repetitivo y autolimitante, relacinado al ego herido[141].
- **Mente superior**: Se manifiesta como discernimiento ético, comprensión simbólica, pensamiento reflexivo y búsqueda de verdad[142]. Esta dimensión se activa cuando el ego se ha liberado de las programaciones de miedo, y se pone al servicio de la sabiduría del alma, lo relacionamos al ego sano y equilibrado[143].

Cuando la mente inferior domina, el individuo se encuentra atrapado en bucles mentales de control, juicio o autoexigencia[144]. En cambio, cuando se integra la mente superior, se sana el ego herido, el pensamiento se vuelve una herramienta de expansión, conexión y sabiduría[145].

3. Cuerpo emocional

- **Relacionado con:** Néfesh, regulado por el Ruaj
- **Conciencia asociada:** Emocional reactiva → emocional consciente
- **Chakra:** Svadhisthana (sacro)

El cuerpo emocional es el campo que contiene el universo afectivo del ser humano. Aquí habitan emociones primarias —miedo, ira, tristeza, alegría, deseo, vergüenza— y emociones complejas, así como las memorias de los vínculos primarios, el apego, la pérdida, el placer, el dolor afectivo y las heridas de la infancia[146].

Aunque se vincula inicialmente con el Néfesh, es en la gestión emocional donde puede iniciarse el despertar espiritual, entendido aquí como el momento en que el individuo adquiere conciencia de sí

138 Ken Wilber, *Integral Psychology* (2000), describe el cuerpo mental como la estructura que articula símbolos, conceptos y modelos de la realidad.

139 Carl G. Jung, *Tipos psicológicos* (1921), explica cómo las funciones mentales pueden ser tanto puentes de conciencia como defensas rígidas.

140 Daniel Goleman, *La inteligencia emocional* (1995), analiza cómo la mente condicionada por emociones no resueltas tiende a la reactividad.

141 Eckhart Tolle, *El poder del ahora* (1997), describe el “ego mental” como una identificación con patrones de pensamiento repetitivos.

142 Roberto Assagioli, *Psicosíntesis* (1965), introduce la noción de mente superior como acceso a la intuición y la sabiduría ética.

143 Stanislav Grof, *Psychology of the Future* (2000), vincula la liberación de la mente del miedo con la apertura a niveles transpersonales.

144 Byron Katie, *Amar lo que es* (2002), detalla cómo los bucles mentales se sostienen en creencias no cuestionadas.

145 Aryeh Kaplan, *Innerspace* (1990), p. 34, asocia el funcionamiento armónico de la mente con el alineamiento del Ruaj y la Neshamá.

146 Carroll E. Izard, *Human Emotions* (2007), propone una clasificación de emociones básicas y su papel adaptativo; Robert Plutchik, *The Nature of Emotions* (2001), desarrolla la teoría de la rueda de las emociones como sistema interactivo.

mismo desde su interior hacia el exterior, reconociéndose como más que cuerpo y mente, y habiendo desarrollado previamente conciencia de su espíritu[147].

Este proceso de madurez espiritual se sostiene en lo que denominamos **amor incondicional**, concepto operacionalizado como tres acciones interrelacionadas: comprender sin juicio, aceptar y soltar. Dichas acciones han sido vinculadas, en la literatura psicológica y espiritual, con procesos de aceptación plena, regulación emocional y liberación de patrones mentales limitantes[148].

La conciencia emocional consciente implica reconocer las emociones sin identificarse con ellas, observándolas como información del alma y como datos para la autorregulación. Esta capacidad posibilita la reprogramación de condicionamientos mentales y la liberación de la carga energética del pasado, favoreciendo un estado de integración emocional y coherencia interna[149].

4. Cuerpo etérico

- **Relacionado con:** Ruaj
- **Conciencia asociada:** Energética
- **Chakra:** Anahata (corazón)

El cuerpo etérico es la matriz energética que sustenta y organiza el cuerpo físico, actuando como molde vibracional sobre el cual la materia se estructura.[150] Su función principal es vitalizar, conectar y proteger la biología, distribuyendo las corrientes de energía vital —prāṇa, chi o ki según diversas tradiciones— que nutren al organismo. Este flujo energético se manifiesta a través de patrones como el campo toroidal y la estructura áurica.[151]

Aunque su vibración es próxima a la materia, en este modelo se lo considera parte del Ruaj, pues opera como umbral entre lo material y lo sutil. Es particularmente sensible a las alteraciones emocionales, mentales y espirituales, reflejando bloqueos, fugas, estancamientos o armonías de los demás cuerpos.[152]

Un cuerpo etérico equilibrado y fortalecido permite que la energía del alma fluya sin distorsión hacia la experiencia encarnada, traduciéndose en vitalidad sostenida, claridad interior y salud

147 Ken Wilber, *Integral Psychology* (2000), describe el despertar espiritual como expansión de la identidad más allá del ego; Jack Kornfield, *A Path with Heart* (2008), lo asocia a la comprensión profunda de la naturaleza de la mente y el corazón.

148 Steven C. Hayes, Kirk D. Strosahl y Kelly G. Wilson, *Acceptance and Commitment Therapy* (1999), presentan la aceptación y el desapego como ejes para la libertad psicológica; Daniel J. Siegel, *The Mindful Brain* (2012), vincula la conciencia plena con la integración neuronal y la regulación emocional.

149 Daniel Goleman, *Emotional Intelligence* (1995), sostiene que la autoconciencia emocional es clave para la madurez personal; Richard J. Davidson y Sharon Begley, *The Emotional Life of Your Brain* (2012), exploran cómo el entrenamiento mental modifica patrones emocionales.

150 Barbara Brennan, *Hands of Light* (1987), describe el cuerpo etérico como el molde energético sobre el que se organiza la materia física.

151 Rupert Sheldrake, *A New Science of Life* (1988), introduce la noción de campos morfogenéticos como estructuras invisibles que organizan la materia y la energía.

152 James Oschman, *Energy Medicine: The Scientific Basis* (2000), documenta evidencias científicas sobre la relación entre el campo energético humano y la salud física.

integral. Por el contrario, las distorsiones prolongadas en este nivel pueden repercutir en síntomas físicos, desórdenes emocionales o fatiga crónica.[153]

5. Cuerpo causal

- **Relacionado con:** Ruaj
- **Conciencia asociada:** Causal (sentido profundo)
- **Chakra:** Vishuddha (garganta)

El cuerpo causal corresponde al plano donde se conserva la memoria profunda del alma, integrando experiencias kármicas, lealtades familiares, pactos álmicos, aprendizajes no completados y el propósito vital fundamental[154]. Su vibración contiene la información que configura los patrones recurrentes en la biografía: repeticiones, atracciones, bloqueos crónicos o talentos innatos.[155]

El acceso consciente a este cuerpo implica comprender la dimensión espiritual de la propia historia, resignificar el dolor, liberar condicionamientos inconscientes y alinear las acciones con el propósito existencial. También es sede de la mente superior cuando esta opera en conexión directa con el alma, lo que explica que muchas comprensiones terapéuticas profundas, recuerdos de vidas pasadas o sanaciones transgeneracionales se produzcan en este nivel.[156]

6. Cuerpo búdico

- **Relacionado con:** Ruaj en su forma más elevada
- **Conciencia asociada:** Intuitiva, simbólica y no-dual
- **Chakra:** Ajna (tercer ojo)

El cuerpo búdico es el canal de la intuición superior, la percepción simbólica y la comprensión directa, libre de razonamiento discursivo.[157] Se caracteriza por una percepción unitaria en la que el juicio desaparece y cada experiencia es reconocida como expresión de la verdad interior.

Este plano posibilita vivir la unidad con todo lo existente sin diluir la identidad individual, favoreciendo la acción compasiva y coherente con el alma. Se accede a él mediante prácticas como la meditación profunda, el silencio interior, estados expandidos de conciencia o un trabajo sostenido de integración.[158]

---

153 Stanislav Grof, *Psychology of the Future* (2000), explora cómo bloqueos energéticos profundos pueden manifestarse en el plano físico y emocional.

154 Helena P. Blavatsky, *The Secret Doctrine* (1888), introduce el concepto de cuerpo causal como portador de la memoria espiritual y el propósito.

155 Roger Woolger, *Other Lives, Other Selves* (1988), explora la terapia de vidas pasadas como vía de acceso al nivel causal.

156 Stanislav Grof, *Psychology of the Future* (2000), vincula la sanación transpersonal con el acceso a planos causales de la conciencia.

157 Sri Aurobindo, *The Life Divine* (1940), describe el plano búdico como un estado de conciencia superior e integrador.

158 Eckhart Tolle, *The Power of Now* (1997), aborda la experiencia de presencia como puerta al nivel búdico.

Cuando este cuerpo se activa, la vida se percibe como un entramado de significados y sincronicidades, en el que cada acontecimiento es un mensaje para la evolución del alma.

7. Cuerpo átmico

- **Relacionado con:** Ruaj trascendido, umbral hacia la Neshamá
- **Conciencia asociada:** No-dual (unidad con el Todo)
- **Chakra:** Sahasrara (corona)

El cuerpo átmico es el nivel más sutil del espíritu antes de su fusión plena con la Neshamá o alma divina. En este plano se disuelven las estructuras del yo, se trascienden las polaridades y se experimenta la conciencia pura de unidad.[159] No hay separación entre el yo y la divinidad: solo existe el Ser.

Este estado no implica evasión de lo mundano, sino su integración absoluta, donde la vida se convierte en expresión del propósito divino. El servicio compasivo, la entrega total, la paz no condicionada y la presencia silenciosa son manifestaciones de este nivel de conciencia.[160]

En este punto, el espíritu deja de buscar y se convierte en un canal disponible para que el alma se manifieste plenamente en el mundo.

Armonizar para encarnar

La estructura de los siete cuerpos sutiles permite comprender que el ser humano es mucho más que su biología, su mente o sus emociones. Cada uno de estos cuerpos expresa una dimensión de la conciencia y puede actuar como canal de luz o como filtro distorsionado, según su grado de armonización.

El camino espiritual auténtico no consiste en "elevarse" o "escapar" del cuerpo y la emoción, sino en integrar todos los niveles, desde lo físico hasta lo átmico, permitiendo así que la luz de la Neshamá fluya sin interferencias y se encarne plenamente en la experiencia humana.

Comprender y trabajar sobre los siete cuerpos no es una teoría esotérica, sino una herramienta terapéutica, evolutiva y existencial, que nos permite sanar en profundidad, vivir con propósito y recordar quiénes somos más allá del velo de la personalidad.

3.2 El espíritu como manifestación multidimensional

En el marco de una antropología espiritual integral, el espíritu humano no puede ser reducido a una sustancia inmaterial ni a una simple categoría religiosa. El espíritu no es una “cosa” fija o contenida en algún lugar del cuerpo, sino un proceso vivo, dinámico y expansivo: un campo de conciencia en

159 C. W. Leadbeater, *The Inner Life* (1927), detalla el cuerpo átmico como el nivel más sutil previo a la unión con el Absoluto.

160 Ramana Maharshi, *Be As You Are* (1985), presenta la autorrealización como vivencia del estado átmico.

movimiento, cuya función principal es vehiculizar la luz del alma (Neshamá) a través de los planos de la existencia encarnada.[161]

Lejos de ser homogéneo o lineal, el espíritu es por naturaleza multidimensional. Esto significa que opera en distintos niveles vibracionales simultáneamente, desde lo más denso (la materia corporal) hasta lo más sutil (la conciencia de unidad).[162] Su complejidad no implica fragmentación, sino una estructura armónica de capas interdependientes, cada una con funciones específicas dentro del propósito general de la existencia: experimentar, aprender, recordar y manifestar la verdad del Ser.[163]

Podemos imaginar esta estructura como una serie de filtros, canales o instrumentos a través de los cuales la energía del alma divina se adapta a los diferentes planos de realidad. Cada cuerpo sutil del espíritu no es solo un vehículo, sino un espacio de conciencia en sí mismo. A través de ellos, el alma se expresa, se reconoce y se transforma.

El espíritu como instrumento de experiencia

- El cuerpo físico permite que la conciencia experimente el dolor y el placer, el nacimiento y la muerte, la fragilidad, el envejecimiento, la enfermedad y el gozo de los sentidos. Gracias a este cuerpo, el espíritu se vuelve materia, y la materia se vuelve experiencia.
- El cuerpo mental permite construir narrativas, estructuras de pensamiento, creencias, ideologías y mapas del mundo. En él se articulan tanto los juicios limitantes del ego como la comprensión simbólica del sentido profundo. Es el espacio donde lo abstracto toma forma.
- El cuerpo emocional posibilita la conexión con el otro, el reconocimiento del dolor ajeno, el apego, el amor, la compasión y la herida. Es el campo donde se expresan las fuerzas afectivas que unen o separan, sanen o hieren, y es también la puerta de entrada al despertar espiritual real, pues sin gestión emocional no hay integración vibracional posible.
- El cuerpo etérico actúa como puente energético entre lo visible y lo invisible. Es la matriz que da forma al cuerpo físico, y a través de él se manifiestan los procesos de sanación, percepción extrasensorial y vitalidad general. Es en este campo donde se perciben los flujos de energía que sostienen la vida.
- El cuerpo causal es el archivo vibracional del alma en su tránsito por distintas encarnaciones. Allí residen las causas invisibles de las experiencias actuales: lealtades familiares, contratos álmicos, aprendizajes no integrados, patrones repetitivos y el propósito profundo que sostiene cada ciclo vital.

161 Ken Wilber, *A Brief History of Everything* (1996), presenta el espíritu como un proceso dinámico y multidimensional, más que como una sustancia fija.

162 Sri Aurobindo, *The Life Divine* (1940), describe la conciencia como una gradación vibracional desde lo material hasta lo espiritual más elevado.

163 Stanislav Grof, *Psychology of the Future* (2000), explica la estructura jerárquica e interdependiente de los distintos planos de conciencia.

- El cuerpo búdico permite el acceso a niveles elevados de intuición, sabiduría interior y visión clara. No se trata de conocimiento adquirido, sino de una comprensión directa, no-dual, amorosa y profunda de la realidad. A través de este cuerpo, el alma recuerda que todo está conectado y que el amor es la ley subyacente a todo lo que existe.
- El cuerpo átmico, el más sutil de todos los niveles del espíritu, es el umbral hacia la Neshamá. En este plano se diluyen las formas, los nombres y los juicios. Aquí, el Ser se reconoce como parte inseparable del Todo, y la vida se vive como manifestación del Uno. No hay separación entre alma, Dios y existencia: solo hay presencia consciente y amor absoluto.

El espíritu como puente entre lo divino y lo humano

Desde esta perspectiva, el espíritu no es un intermediario pasivo entre el alma y el cuerpo, sino un puente vivo y consciente, capaz de recibir, traducir y manifestar la energía divina en la densidad de lo humano[164]. Es a través del espíritu que la Neshamá puede expresarse en la historia, en las relaciones, en el arte, en el servicio, en el cuerpo, en la emoción e incluso en el error.[165]

Cada nivel del espíritu es una octava vibracional distinta de la misma melodía: la del alma deseando recordarse, expandirse y encarnarse[166]. Su multidimensionalidad no es un obstáculo, sino una condición de posibilidad. Gracias a ella, el ser humano puede sostener simultáneamente la fragilidad y la eternidad, el dolor y la sabiduría, el miedo y la fe.[167]

Reconocer esta arquitectura del espíritu no es solo un marco teórico, sino una invitación profunda a honrar cada dimensión de nuestra experiencia humana como sagrada[168]. La tarea espiritual no consiste en rechazar los planos inferiores en favor de los superiores, sino en integrarlos, armonizarlos y alinearlos, de modo que el alma pueda fluir sin distorsión, iluminando desde dentro la totalidad del ser.[169]

164 Ken Wilber, *A Brief History of Everything* (1996), describe el espíritu como un puente activo entre lo absoluto y lo relativo.

165 Pierre Teilhard de Chardin, *El fenómeno humano* (1955), señala que la energía divina se manifiesta en todas las dimensiones de la existencia, incluso en el error.

166 Sri Aurobindo, *The Life Divine* (1940), conceptualiza los niveles de conciencia como “octavas” de una misma esencia.

167 Stanislav Grof, *Psychology of the Future* (2000), subraya que la integración de polaridades es esencial para la expansión de la conciencia.

168 Rudolf Steiner, *Teosofía* (1904), plantea que cada plano del ser humano es sagrado y debe ser reconocido.

169 Eckhart Tolle, *The Power of Now* (1997), enfatiza que la presencia y la integración de todos los niveles permiten que la conciencia fluya sin bloqueo.

3.3 El alma no encarna: encarna el espíritu

Una de las afirmaciones más reveladoras y transformadoras dentro de esta visión espiritual es que el alma no encarna[170]. Lo que verdaderamente se encarna en la experiencia humana es el espíritu, entendido como el conjunto dinámico y vibracional que integra los cuerpos sutiles y permite la manifestación consciente en los planos de la materia[171].

La Neshamá permanece unida a la Fuente

El alma, en su esencia original —la *Neshamá*, según el lenguaje hebreo—, es eterna, indivisible, inmutable y plenamente unida a Dios[172]. No desciende, no se fragmenta, no se contamina. Es la chispa divina que permanece en estado puro, más allá del tiempo, el espacio y las vicisitudes de la existencia encarnada[173]. Su luz es perfecta, su propósito inalterable, su vibración una con la Fuente. Desde este entendimiento, la *Neshamá* no sufre ni se condiciona: es.

En cambio, el espíritu (*Ruaj + Néfesh*) es el que desciende, se encarna, se olvida, se fragmenta, atraviesa experiencias, aprende, sana, se transforma y regresa[174]. El espíritu es el vehículo operativo de la conciencia divina, diseñado para adaptarse a los planos densos de la existencia humana[175]. Es a través del espíritu que la *Neshamá* se expresa en la Tierra, como el sol que se refleja en distintas superficies sin dejar de estar en el cielo[176].

Corrección de una confusión común

Esta distinción, aunque sutil en lo terminológico, corrige una de las confusiones más extendidas del lenguaje espiritual moderno[177]. A menudo se escucha que “el alma baja”, “el alma se pierde”, “el alma tiene heridas”, “el alma evoluciona”. Pero todas estas expresiones, si bien comprensibles desde el lenguaje simbólico o emocional, no se sostienen en un análisis espiritual profundo[178]. Lo que realmente ocurre es lo siguiente:

- No es el alma la que baja a la Tierra, sino el espíritu el que recibe la chispa de la *Neshamá* y la canaliza a través de sus cuerpos sutiles. La encarnación sucede en el plano del espíritu, no del alma[179].

170 Henry Corbin, *Cuerpo espiritual y tierra celeste* (1979), distingue entre alma trascendente y cuerpo sutil encarnado.
171 Rudolf Steiner, *Teosofía* (1904), describe al espíritu como conjunto de vehículos de conciencia para la experiencia terrenal.
172 Isaac Luria, *Etz Chaim* (s. XVI), enseña que la *Neshamá* es siempre parte del Ein Sof y no desciende completamente.
173 Maimónides, *Guía de los perplejos* (1190), define el alma divina como incorruptible e inmutable.
174 Gershom Scholem, *La Kabalá y su simbolismo* (1960), explica la función del *Ruaj* y el *Néfesh* como aspectos encarnados de la conciencia.
175 Sri Aurobindo, *The Life Divine* (1940), plantea que el espíritu es el adaptador entre la luz supramental y la materia.
176 Plotino, *Enéadas* (s. III), emplea la metáfora del sol reflejado para explicar la relación entre alma y manifestación.
177 Ken Wilber, *Eye to Eye* (1996), critica la confusión conceptual entre alma y espíritu en el discurso contemporáneo.
178 Aldous Huxley, *La filosofía perenne* (1945), señala que muchas tradiciones místicas diferencian entre esencia perfecta y vehículo experiencial.
179 Yehuda Ashlag, *Introducción al Estudio de las Diez Sefirot* (1945), detalla que la encarnación ocurre en el *Ruaj*, no en la *Neshamá*.

- No es el alma la que sufre heridas, sino el espíritu el que se fragmenta por experiencias traumáticas, emociones no integradas, memorias kármicas y desconexión vibracional. La *Neshamá* permanece inviolable[180].
- No es el alma la que evoluciona, sino la conciencia que transita los niveles del espíritu, en un proceso de expansión, recordación y armonización. El alma ya es perfecta; quien recuerda esa perfección es el espíritu alineado[181].

Implicaciones de esta comprensión

Comprender esta diferencia tiene profundas implicaciones terapéuticas y espirituales. En primer lugar, libera al alma de nuestras proyecciones humanas: no necesitamos "sanar el alma" ni "repararla", porque el alma no se ha dañado[182]. No necesita ser salvada, purificada ni elevada. Ella ya es Luz.

En segundo lugar, este principio devuelve la responsabilidad de la sanación, la evolución y la conciencia al lugar correcto: el espíritu[183]. Es el espíritu el que se enreda en los velos del miedo, el que repite patrones, el que se desconecta de su origen[184], y por tanto, es el espíritu el que debe ordenarse, alinearse y recordar su diseño original[185].

Esta visión promueve una espiritualidad madura y coherente: no proyecta la responsabilidad en entidades abstractas ni se refugia en ideas idealizadas del alma[186]. Al contrario, nos invita a honrar nuestra arquitectura encarnada, reconociendo al espíritu como un templo sutil en el que la chispa del alma busca manifestarse con plenitud.

El alma guía, el espíritu encarna

Finalmente, podríamos sintetizar este principio en una imagen: la Neshamá es como el sol. Nunca deja de brillar. Pero necesita de un vehículo para manifestarse en la Tierra: ese vehículo es el espíritu, que actúa como prisma, canal, puente y templo. Cuando el espíritu se alinea —cuando sus cuerpos vibran en coherencia, cuando la conciencia se expande, cuando el juicio se disuelve y el amor prevalece—, entonces la luz del alma puede atravesar todos los planos, y la experiencia humana se vuelve una expresión divina[187].

---

180 Stanislav Grof, *Psychology of the Future* (2000), documenta cómo las heridas psicoespirituales afectan al campo sutil, no al alma esencial.

181 Eckhart Tolle, *The Power of Now* (1997), subraya que la realización no consiste en "mejorar" el alma, sino en alinear la conciencia encarnada con su naturaleza divina.

182 Maimónides, *Guía de los perplejos* (1190), Parte III, cap. 8, sobre la incorruptibilidad del alma.

183 Rudolf Steiner, *Teosofía* (1904), cap. 2, al describir el espíritu como el portador de la experiencia y la transformación.

184 Stanislav Grof, *Psychology of the Future* (2000), sobre cómo las capas emocionales y kármicas velan la conciencia espiritual.

185 Ken Wilber, *Eye to Eye* (1996), cap. 7, que describe el alineamiento de los niveles del ser como clave para la expansión de la conciencia.

186 Aldous Huxley, *La filosofía perenne* (1945), sobre la madurez espiritual que asume responsabilidad interior.

187 Eckhart Tolle, *The Power of Now* (1997), cap. 9, sobre la disolución del juicio como condición para la manifestación de la luz interior.

3.4 Alineación u olvido: el juego del espíritu

A lo largo de la vida, el espíritu puede estar en distintos estados de coherencia o fragmentación[188]. Estos estados no dependen del alma, que siempre es perfecta, sino del grado en que el espíritu se ordena y se alinea con la luz original que proviene de la Neshamá[189].

Dos movimientos del espíritu:

- Alineación: ocurre cuando los cuerpos sutiles están en armonía. La luz del alma fluye sin distorsión. Se manifiestan la paz, la claridad, la compasión, el propósito.[190]
- Olvido: ocurre cuando el espíritu se fragmenta. Las heridas, los traumas y los condicionamientos nublan el flujo del alma. Aparecen el miedo, el juicio, el conflicto, la desconexión.[191]

Este vaivén entre alineación y olvido es parte del camino espiritual. No se trata de evitar el olvido, sino de reconocerlo como parte del proceso de recordar.[192]

El espíritu es el puente encarnado entre la eternidad del alma y la transitoriedad de la materia[193]. A través de sus siete cuerpos, permite que la conciencia divina se manifieste, se experimente a sí misma y evolucione en comprensión[194]. No encarnamos para alcanzar el alma, sino para darle forma, cuerpo y experiencia a su luz[195].

Comprender esta verdad nos libera de la culpa, del juicio y de la confusión espiritual. Nos devuelve a la responsabilidad sagrada de ordenar el espíritu como instrumento divino.[196]

3.5 Los siete cuerpos sutiles del espíritu y su correspondencia con los chakras

Desde una perspectiva integradora, el espíritu humano no solo se manifiesta a través de cuerpos sutiles, sino que cada uno de estos cuerpos tiene un punto energético de anclaje en el campo

188 Ken Wilber, *Eye to Eye* (1996), sobre los distintos estados de alineación y fragmentación de la conciencia.
189 Gershom Scholem, *La Kabalá y su simbolismo* (1960), análisis del *Ruaj* como receptor y transmisor de la luz del alma.
190 Sri Aurobindo, *The Life Divine* (1940), sobre la armonización de los planos como canal puro de manifestación divina.
191 Stanislav Grof, *Psychology of the Future* (2000), sobre los efectos del trauma y las memorias inconscientes en la distorsión de la experiencia espiritual.
192 Eckhart Tolle, *The Power of Now* (1997), sobre la importancia del reconocimiento consciente del olvido para el despertar.
193 Plotino, *Enéadas* (s. III), V.1.6, metáfora del puente entre lo eterno y lo transitorio.
194 C. W. Leadbeater, *The Inner Life* (1927), sobre los siete cuerpos como vehículos de la conciencia.
195 Aldous Huxley, *La filosofía perenne* (1945), sobre la función del espíritu como mediador encarnado de la luz del alma.
196 Maimónides, *Guía de los perplejos* (1190), Parte III, cap. 8, sobre la responsabilidad humana de ordenar su vida conforme al orden divino.

humano, que facilita su expresión, su regulación y su sanación. Estos puntos son conocidos en la tradición hindú como chakras (चक्र), es decir, "ruedas" o "vórtices de energía".[197]

En el modelo que aquí se propone, existe una correspondencia consciente entre cada cuerpo sutil y su portal energético asociado, basada en tres criterios:

- La función vibracional que desempeña.
- El tipo de conciencia que expresa.
- La experiencia concreta que sostiene en la vida encarnada.

Esta articulación permite integrar tres sistemas complementarios:

1. La visión cabalista de la estructura del ser (*Néfesh*, *Ruaj*, *Neshamá*).[198]
2. La cartografía energética de los siete cuerpos sutiles.[199]
3. El sistema de chakras como puntos de activación y regulación en el campo humano.[200]

Cuerpo Sutil	Relacionado con	Función	Conciencia Asociada	Chakra
1. Físico	Néfesh	Experiencia material, supervivencia, instinto.	Sensorial	**Muladhara** (Raíz)
2. Mental	Néfesh	Pensamiento, juicio racional, estructura lógica.	Lógica y análisis	**Manipura** (Plexo solar)
3. Emocional	Néfesh	Emociones primarias, apego, heridas, miedo.	Reactiva y emocional	**Svadhisthana** (Sacro)
4. Etérico	Ruaj	Energía vital, salud, flujo, bloqueo.	Energética	**Anahata** (Corazón)
5. Causal	Ruaj	Patrones kármicos, lealtades, aprendizajes.	Causal (sentido profundo)	**Vishuddha** (Garganta)
6. Búdico	Ruaj	Intuición, sabiduría espiritual, guía interna.	Intuitiva	**Ajna** (Tercer ojo)
7. Átmico	Ruaj	Unidad, propósito, servicio trascendente.	No-dual	**Sahasrara** (Corona)

Esta correlación no implica que los chakras "pertenezcan" exclusivamente a un cuerpo sutil, ya que cada chakra interactúa con varios niveles de conciencia[201]. Sin embargo, la asignación propuesta

197 Arthur Avalon (Sir John Woodroffe), *The Serpent Power* (1919), sobre la estructura y función de los chakras en la tradición tántrica.
198 Gershom Scholem, *La Kabalá y su simbolismo* (1960), sobre la tripartición del alma en *Néfesh*, *Ruaj* y *Neshamá*.
199 Barbara Ann Brennan, *Manos que curan* (1987), sobre el modelo de siete cuerpos sutiles y su interacción energética.
200 Anodea Judith, *Wheels of Life* (1999), sobre la psicología y el simbolismo de los chakras.
201 Harish Johari, *Chakras: Energy Centers of Transformation* (1987), sobre la interrelación entre chakras y niveles de conciencia.

facilita el trabajo terapéutico y espiritual, ofreciendo un mapa coherente para la alineación energética y la integración vibracional.

¿Por qué esta correspondencia?

La relación entre los siete cuerpos sutiles y los chakras no es arbitraria ni simbólica únicamente, sino profundamente funcional, energética y vibracional[202]. Cada chakra —entendido como un vórtice de energía— actúa como puerta de entrada, integración y expresión de una capa específica del espíritu. Esta correspondencia no se basa en una alineación mecánica, sino en una afinidad vibracional entre la función de cada cuerpo y la energía predominante en cada centro.

Fundamento de la correspondencia

La estructura energética humana puede ser comprendida como un sistema en red donde los chakras operan como nodos activos que regulan, canalizan y distribuyen la energía proveniente de los cuerpos sutiles[203]. A su vez, estos cuerpos no flotan aislados, sino que se anclan en el sistema psicofísico a través de los chakras, permitiendo así su expresión consciente en la vida encarnada.[204]

La correspondencia propuesta en este modelo sigue un orden funcional, coherente con el propósito y la vibración de cada nivel del espíritu:

Correspondencia entre cuerpos sutiles y chakras

- **Cuerpo físico → Chakra raíz (Muladhara)**
  Este chakra gestiona los aspectos más básicos de la vida: supervivencia, estabilidad, alimento, cuerpo, tierra. Por eso sostiene el cuerpo físico, que representa el anclaje concreto de la conciencia en la materia.[205]

- **Cuerpo mental → Plexo solar (Manipura)**
  A diferencia de otras corrientes que asocian el plexo solar a lo emocional, en este modelo se lo vincula al cuerpo mental porque gobierna la voluntad, el juicio, la autodefinición, el poder personal y la interpretación de la realidad. Es aquí donde se organiza el ego psicológico, donde se afirman las creencias y donde la mente inferior se expresa con más fuerza.[206]

- **Cuerpo emocional → Chakra sacro (Svadhisthana)**
  Regula la afectividad, el deseo, la sensualidad y el apego. Es el centro donde se expresan las emociones primarias y donde residen muchas memorias vinculadas a la vinculación emocional y la herida afectiva. Este chakra vibra con el cuerpo emocional en su dimensión de placer, dolor y vínculo.[207]

- **Cuerpo etérico → Chakra corazón (Anahata)**
  El cuerpo etérico es el campo energético vital que distribuye la energía entre los niveles más

202 Arthur Avalon, *The Serpent Power* (1919), sobre la base funcional de los chakras en el sistema energético humano.
203 Barbara Ann Brennan, *Manos que curan* (1987), modelo de cuerpos sutiles interconectados.
204 Anodea Judith, *Wheels of Life* (1999), sobre el anclaje de niveles sutiles en el cuerpo físico a través de chakras.
205 Caroline Myss, *Anatomía del espíritu* (1996), sobre la conexión entre Muladhara y la supervivencia.
206 Shyam Sundar Goswami, *Laya Yoga* (1980), sobre la asociación de Manipura con voluntad y poder personal.
207 Anodea Judith, *Eastern Body, Western Mind* (1996), sobre Svadhisthana como centro de las emociones y vínculos.

densos y los más sutiles. Su regulación se manifiesta en el centro del pecho, donde el equilibrio entre dar y recibir, la armonía emocional y la coherencia energética encuentran expresión. La salud del campo etérico se ve reflejada directamente en la apertura o bloqueo del chakra corazón.[208]

- **Cuerpo causal → Chakra garganta (Vishuddha)**
  Este centro regula la expresión del ser, la comunicación auténtica y el verbo creador. A nivel profundo, aquí se anclan los patrones no expresados, las lealtades familiares, los pactos inconscientes y las memorias transgeneracionales. La frase "lo que no se nombra, se hereda" ilustra con claridad esta correspondencia. El cuerpo causal vibra en la garganta como portal de liberación o cristalización kármica.[209]
- **Cuerpo búdico → Tercer ojo (Ajna)**
  Este chakra permite la percepción simbólica, la visión espiritual, la intuición no-lineal y el acceso al conocimiento silencioso. El cuerpo búdico, canal de la conciencia intuitiva y del amor incondicional, se expresa con nitidez cuando el tercer ojo está abierto no desde la proyección mental, sino desde la coherencia emocional y energética previa.[210]
- **Cuerpo átmico → Chakra corona (Sahasrara)**
  Este vórtice representa la puerta de comunión entre el espíritu y la Fuente. El cuerpo átmico, sede de la conciencia de unidad y del propósito divino, se ancla aquí como vibración de entrega, silencio interior y rendición al Ser. No se trata de un acceso intelectual, sino de un estado de presencia pura donde el espíritu se disuelve en la luz del alma.[211]

Integración espiritual, energética y evolutiva

Al integrar estos tres planos —cuerpos sutiles, chakras y niveles del alma según la Kabalá— se revela una arquitectura sagrada del ser humano, no como dogma sino como mapa operativo de conciencia:

- La Neshamá (alma divina) trasciende todos los cuerpos y chakras. No se encuentra "dentro" del cuerpo, sino que los ilumina desde su centro eterno, como el sol que emana su luz hacia todos los planos.
- El Ruaj y el Néfesh, como niveles del espíritu encarnado, operan a través de los siete cuerpos y se manifiestan mediante los chakras. Son el puente entre lo divino y lo humano, lo eterno y lo temporal.
- Los chakras son las puertas energéticas a través de las cuales la luz del alma se expresa, se bloquea o se libera, dependiendo del estado de cada cuerpo y del nivel de conciencia alcanzado.

208 Mantak Chia, *Taoist Secrets of Love* (1984), sobre la circulación energética y su relación con Anahata.
209 Stanislav Grof, *Psychology of the Future* (2000), sobre expresión y liberación de patrones kármicos.
210 Sri Aurobindo, *The Life Divine* (1940), sobre intuición y conciencia búdica.
211 C. W. Leadbeater, *The Inner Life* (1927), sobre el cuerpo átmico y la unión con lo Absoluto.

Este modelo no solo permite comprender la anatomía sutil del ser humano, sino que ofrece una base estructurada para el trabajo espiritual y terapéutico profundo. Así, por ejemplo:

- No basta con meditar para "abrir el tercer ojo" si no se han sanado las heridas del cuerpo emocional, ni se han liberado los patrones del cuerpo causal, ni se ha equilibrado el campo etérico.[212]
- Tampoco es posible sostener la vibración del cuerpo átmico sin haber ordenado los cuerpos inferiores, ya que cualquier distorsión en la base impide la manifestación estable de los niveles más altos.[213]

Comprender esta correspondencia vibracional entre cuerpos, chakras y niveles del ser no solo amplía la visión espiritual del ser humano, sino que otorga herramientas prácticas de diagnóstico, integración y sanación. Es una brújula evolutiva que invita a transitar la espiritualidad no como evasión, sino como encarnación consciente del alma, a través del espíritu y su arquitectura sutil.

CAPÍTULO 4: TRADICIONES UNIVERSALES Y SU VISIÓN DEL ALMA Y EL ESPÍRITU

A lo largo de las civilizaciones, la humanidad ha intentado responder a una misma pregunta esencial: ¿qué somos, realmente, más allá del cuerpo?

Aunque cada cultura ha empleado un lenguaje distinto, muchas coinciden en una intuición común: el ser humano es más que una estructura biológica o una mente pensante. Es una unidad compleja compuesta por distintos niveles de conciencia, cuerpos sutiles o principios anímicos que se interrelacionan. Este capítulo analiza comparativamente cómo diversas tradiciones filosóficas, religiosas y esotéricas han conceptualizado el alma y el espíritu, evidenciando convergencias con la propuesta presentada en este estudio.

4.1 Hinduismo: Ātman, Jīva y los cuerpos sutiles

En la tradición védica, Ātman (आत्मन्) representa la esencia divina e inmutable del ser, idéntica a Brahman, la Conciencia suprema[214]. El Ātman no nace ni muere, no cambia ni se fragmenta: es eterno, puro y absoluto. Esta concepción guarda una estrecha correspondencia con la Neshamá según la mística hebrea, en tanto principio espiritual que nunca se separa de lo divino.

212 Leadbeater, C. W. (1927). *The Inner Life*. Londres: Theosophical Publishing House. — Advierte sobre la apertura de centros superiores sin integrar niveles inferiores.

213 Myss, C. (1996). *Anatomía del espíritu*. Barcelona: Urano. — Relaciona los chakras con aspectos psicológicos, espirituales y de salud.

214 Śaṅkara, *Vivekachudamani* (s. VIII), enseñanza advaita sobre la identidad entre Ātman y Brahman como conciencia pura.

Por otro lado, el Jīva (जीव) es la porción del alma que se individualiza y encarna, sujeta a karma, a la ilusión (māyā) y al ciclo de renacimientos (saṃsāra)[215]. El Jīva atraviesa una serie de envolturas o capas llamadas koshas, que configuran su experiencia multidimensional[216]:

- Annamaya Kosha: cuerpo físico, formado por alimento.
- Pranamaya Kosha: cuerpo energético, sustentado por el prāṇa.
- Manomaya Kosha: cuerpo mental-emocional.
- Vijnanamaya Kosha: cuerpo de discernimiento y sabiduría.
- Anandamaya Kosha: cuerpo de dicha, el más cercano al Ātman.

Desde la perspectiva de este estudio, los koshas representan estructuras vibracionales análogas a los siete cuerpos sutiles del espíritu. El Jīva, por tanto, podría entenderse como la combinación Ruaj + Néfesh, el espíritu, mientras que el Ātman sería equivalente a la Neshamá.

4.2 Budismo: Anattā, skandhas y conciencia sin yo

A diferencia del hinduismo, el budismo sostiene la doctrina de Anattā, que niega la existencia de un alma individual eterna. No obstante, esta afirmación no debe interpretarse como negación de la conciencia, sino como una crítica a la identificación ilusoria con una entidad permanente.

Según el análisis budista, el ser humano está compuesto por cinco skandhas (agregados psicofísicos):

1. Rūpa: forma corporal.
2. Vedanā: sensación.
3. Saññā: percepción.
4. Saṅkhāra: formaciones mentales y volitivas.
5. Viññāṇa: conciencia.

La experiencia humana es concebida como un flujo incesante, sin sustancia propia[217]. Sin embargo, algunas escuelas tántricas y esotéricas del budismo, como el Dzogchen y el Mahāmudrā, introducen el concepto de rigpa: una conciencia pura, no-dual, libre de identificación[218]. Esta conciencia, aunque no se define como alma, funciona como principio eterno y luminoso.[219]

En términos de correspondencia con la estructura aquí propuesta, rigpa puede ser interpretada como una experiencia directa de la Neshamá, manifestada cuando el espíritu ha sido purificado de

215 Radhakrishnan, S., *Indian Philosophy* (1923), exposición del Jīva como alma individual sujeta a karma y renacimiento.
216 Swami Sivananda, *The Koshas* (1936), descripción tradicional de las cinco envolturas de la conciencia humana.
217 Nāgārjuna, *Mūlamadhyamakakārikā* (s. II), sobre la vacuidad y la ausencia de naturaleza inherente.
218 Namkhai Norbu, *The Crystal and the Way of Light* (1986), descripción de *rigpa* en el Dzogchen como conciencia primordial.
219 Kalu Rinpoche, *Luminous Mind* (1997), sobre la naturaleza no-dual y eterna de la mente despierta.

identificación, sufrimiento y distorsión.

4.3 Cristianismo esotérico: Pneuma, Psique y Sarx

En los textos del Nuevo Testamento, especialmente en las epístolas de Pablo, se encuentra una antropología tripartita expresada en griego koiné, que representa una síntesis entre la teología judía, la filosofía helenística y la experiencia cristiana naciente[220]. Esta estructura se compone de los siguientes términos:

Psique (ψυχή): se traduce literalmente como “alma” y aparece en los Evangelios y en las cartas paulinas como principio vital, animador del cuerpo, sede del pensamiento, la emoción, la voluntad y los deseos[221]. Es la traducción más frecuente del hebreo *nefesh* en la Septuaginta, aunque también se usó ocasionalmente para traducir *neshamá* o incluso *ruaj*, lo cual generó una profunda ambigüedad semántica[222]. Desde la perspectiva del presente estudio, la psique representa los aspectos emocionales, mentales y energéticos del espíritu encarnado: mutable, procesual, sujeta a transformación y sanación.

Pneuma (πνεῦμα): se traduce literalmente como “espíritu”, entendido como el aliento divino, la dimensión más elevada y sutil del ser humano[223]. En la tradición cristiana, *pneuma* se asocia tanto al Espíritu Santo como al espíritu humano regenerado por la gracia. Aunque el término deriva del hebreo *ruaj*, también ha sido interpretado por teólogos y místicos como símbolo del *nous* divino o del alma espiritual. Sin embargo, esta identificación no es exacta. En el modelo hebreo original, el *ruaj* es parte del espíritu en evolución, mientras que la *neshamá* corresponde a la verdadera esencia divina.

Sarx (σάρξ): significa literalmente “carne” y hace referencia a la dimensión más densa y pasional del ser humano[224]. No es simplemente el cuerpo físico, sino el conjunto de impulsos, limitaciones y tendencias hacia la separación y el egoísmo. En este sentido, puede corresponder a la parte inferior del *nefesh*, cuando este está desconectado de la totalidad del espíritu.

En la teología cristiana primitiva, esta triple estructura servía para expresar un camino de transformación: el *sarx* debía ser dominado, la *psique* purificada y el *pneuma* despertado[225]. Sin embargo, con la institucionalización del cristianismo y la pérdida de contacto con las fuentes hebraicas originales, los términos alma y espíritu comenzaron a usarse de manera indistinta[226]. Esta

220 Rudolf Bultmann, *Theology of the New Testament* (1951), sobre la antropología tripartita en Pablo y su raíz helenístico-judía.

221 Joseph H. Thayer, *Greek-English Lexicon of the New Testament* (1889), definición de *psique* como principio vital y su uso en el NT.

222 Emanuel Tov, *Textual Criticism of the Hebrew Bible* (1992), sobre las traducciones en la Septuaginta y la pérdida de matices hebreos.

223 Anthony C. Thiselton, *The Holy Spirit — In Biblical Teaching, through the Centuries, and Today* (2013), estudio del *pneuma* en su contexto bíblico.

224 James D. G. Dunn, *The Theology of Paul the Apostle* (1998), análisis de *sarx* como categoría teológica y antropológica.

225 Larry W. Hurtado, *Lord Jesus Christ* (2003), sobre la transformación espiritual en la teología paulina.

226 Jaroslav Pelikan, *The Christian Tradition: A History of the Development of Doctrine* (1971), sobre la evolución terminológica en la patrística.

confusión doctrinal tuvo su raíz en las traducciones de la Biblia hebrea al griego (Septuaginta), donde los términos hebreos *nefesh*, *ruaj* y *neshamá* fueron vertidos en griego sin una distinción funcional clara[227], provocando la desaparición conceptual del alma divina como esencia no encarnada.

Desde la cosmovisión de este estudio, esta confusión invirtió el orden original: el espíritu (*nefesh + ruaj*) es el vehículo encarnado, mutable, que puede fragmentarse y sanar; el alma (*neshamá*) es divina, no encarna y nunca puede ser dañada[228]. Confundir ambos ha llevado a expresiones como "el alma enferma" o "se pierde", cuando en realidad lo que enferma y se pierde es el espíritu.

A pesar de esta deriva doctrinal, varios místicos cristianos conservaron la intuición de esta distinción esencial: San Juan de la Cruz, al hablar del "fondo del alma" como núcleo inmutable[229]; Teresa de Ávila, con sus "moradas" que conducen a un centro puro[230]; y Meister Eckhart, con la "chispa del alma" inafectada por lo mundano[231]. Estas visiones, aunque sin terminología hebrea explícita, apuntan a la misma diferencia que aquí se recupera.

4.4 Filosofía griega: alma tripartita, Nous, Psique y Soma

En la filosofía clásica griega, particularmente en el pensamiento de Platón, se articula una visión tripartita del ser humano que distingue entre distintos niveles de existencia y conciencia[232]. Esta estructura, expresada con precisión metafísica, anticipa de forma notable la distinción funcional que encontramos en las tradiciones hebreas y místicas del espíritu y el alma.

En diálogos como el *Fedro*, el *Timeo* o *La República*, Platón propone una división tripartita del alma[233]:

- **Nous (νοῦς)**: el intelecto puro o mente divina. Es la parte más elevada del alma, capaz de contemplar las ideas eternas y de alinearse con el orden cósmico[234]. Representa el principio racional superior, inmortal e inalterable, y está orientado hacia el Bien y lo eterno. Desde la visión propuesta en este estudio, puede considerarse análogo a la *neshamá*: una chispa divina que trasciende la experiencia terrenal.
- **Psique (ψυχή)**: el alma como principio animador de la vida, mediadora entre el *nous* y el cuerpo[235]. En la obra platónica, la *Psique* es la sede de las pasiones, emociones, deseos y virtudes, y se presenta como el vehículo que debe purificarse para alcanzar su retorno al

227 Bruce M. Metzger, *The Septuagint: Its Early History and the Origins of the Greek Bible* (2001), sobre las decisiones traductológicas que causaron confusiones doctrinales.
228 *Espiritualidad Revelada* (2025), reinterpretación de la distinción alma-espíritu desde el hebreo original.
229 San Juan de la Cruz, *Subida al Monte Carmelo* (s. XVI), cap. 3, sobre el "fondo del alma" como esencia pura.
230 Teresa de Ávila, *Las Moradas* (1577), sobre el itinerario interior hacia el centro inmutable.
231 Meister Eckhart, *Sermones Alemanes* (s. XIV), sobre la "chispa del alma" como lo divino en el ser humano.
232 Giovanni Reale, *Historia del pensamiento filosófico y científico*, vol. I (1993), sobre la antropología platónica y sus raíces pitagóricas.
233 Platón, *Fedro* (246a–249d), sobre la naturaleza tripartita del alma y su ascenso.
234 Platón, *República* (508e–511e), alegoría del Sol y la idea del Bien como meta del *nous*.
235 Julia Annas, *An Introduction to Plato's Republic* (1981), sobre la función mediadora de la *Psique*.

mundo de las ideas. En términos funcionales, esta dimensión intermedia puede vincularse con el *ruaj*, que media entre el alma divina y el cuerpo encarnado.

- **Soma (σῶμα)**: el cuerpo físico, material y transitorio[236]. Platón lo considera como una prisión del alma, una limitación impuesta al ser espiritual que ha caído en el mundo sensible. El *soma* corresponde así al *nefesh* en su expresión más densa: lo biológico, instintivo y perecedero.

La propuesta platónica establece, por tanto, una jerarquía que distingue entre lo eterno (nous), lo intermedio en evolución (Psique) y lo transitorio (soma), de forma análoga al modelo hebreo: *neshamá* (alma divina), *ruaj* (espíritu en transformación), y *nefesh* (principio vital instintivo encarnado).

Aristóteles, en su tratado *De Anima*, reformula esta estructura en términos más funcionales que metafísicos[237]. Su enfoque se centra en las capacidades del alma como principio organizador de los seres vivos. Distingue tres tipos:

- **Alma vegetativa**: presente en todos los seres vivos, relacionada con la nutrición, el crecimiento y la reproducción.
- **Alma sensitiva**: propia de los animales, dotada de percepción sensorial, apetito y movimiento.
- **Alma racional**: exclusiva del ser humano, relacionada con el pensamiento deliberativo, la abstracción y el juicio.[238]

Aunque Aristóteles rechaza la visión dualista extrema de Platón, su enfoque funcional también establece un orden jerárquico de capacidades que puede ser interpretado desde una perspectiva espiritual evolutiva. El alma racional aristotélica —cuando se orienta hacia lo universal— puede reflejar un eco del *nous* o incluso de la *neshamá*, mientras que las almas sensitiva y vegetativa se aproximan a funciones del *nefesh*, como soporte vital y emocional primario.

En ambos casos —Platón y Aristóteles— se reconoce la complejidad del ser humano como una unidad constituida por múltiples niveles o principios, que van desde lo puramente material hasta lo trascendente[239]. Esta triplicidad encuentra resonancia con las distinciones presentes en el pensamiento hebreo y en este estudio, que identifica:

- Lo eterno e inmutable (*neshamá / nous*)
- Lo mutable, procesual y mediador (*ruaj / Psique*)
- Lo instintivo, encarnado y perecedero (*nefesh / soma*)

La convergencia entre estas tradiciones sugiere que, incluso en contextos filosóficos alejados de las teologías reveladas, existe una intuición profunda de que el ser humano no es unidimensional, sino

236 Platón, *Fedón* (62b–69e), sobre el cuerpo como prisión del alma.
237 Aristóteles, *De Anima* (II, 2–3), clasificación de las almas según funciones vitales.
238 Martha Nussbaum, *Aristotle's De Motu Animalium* (1978), análisis de la función del alma racional.
239 Werner Jaeger, *Paideia* (1933), sobre la formación integral del ser humano en el pensamiento griego.

una entidad estructurada en planos, cuya armonización y purificación permiten el retorno a lo divino.[240]

4.5 Hermetismo y alquimia: espíritu como mediador entre alma y materia

En el pensamiento hermético, el ser humano es considerado un microcosmos en el que conviven tres principios[241]:

- Anima: el alma divina, inmortal e inmutable, reflejo de la divinidad.
- Corpus: el cuerpo físico, denso y transitorio.
- Spiritus: el espíritu como mediador, puente entre los dos mundos.[242]

Los textos alquímicos, tanto medievales como renacentistas, sostienen que el objetivo de la alquimia no es transformar metales, sino transmutar el espíritu humano[243]. Este trabajo interno, conocido como la Gran Obra, busca purificar el espíritu para que pueda reflejar con fidelidad la luz del alma.

En este modelo, el alma ya es perfecta. El cuerpo es necesario, pero limitado. El espíritu es el vehículo de transformación y aprendizaje[244]. La transmutación espiritual implica atravesar etapas como la nigredo (purificación), albedo (clarificación) y rubedo (iluminación)[245], que reflejan los procesos terapéuticos y evolutivos descritos en este estudio.

Así, el hermetismo no solo corrobora la distinción entre alma y espíritu, sino que pone el foco en la necesidad de armonizar ambos a través de un proceso consciente de purificación.

Convergencias universales

A pesar de las diferencias doctrinales, lingüísticas y culturales, las tradiciones aquí presentadas comparten una intuición profunda[246]:

- El alma es inmutable, divina y eterna.
- El espíritu es el campo donde ocurre el aprendizaje, la sanación, la memoria, el libre albedrío y la evolución.

240 *Espiritualidad Revelada* (2025), interpretación comparada de los modelos griego y hebreo.
241 Hermes Trismegisto, *Corpus Hermeticum* (s. II), tratado I, sobre la correspondencia entre lo divino, lo espiritual y lo material.
242 G. R. S. Mead, *Thrice-Greatest Hermes* (1906), estudio de las categorías *anima*, *spiritus* y *corpus* en la tradición hermética.
243 Titus Burckhardt, *Alchemy: Science of the Cosmos, Science of the Soul* (1960), sobre la alquimia como vía de transmutación interior.
244 Fulcanelli, *El misterio de las catedrales* (1926), interpretación simbólica del espíritu como mediador.
245 Carl Gustav Jung, *Psychology and Alchemy* (1944), correlación de nigredo, albedo y rubedo con procesos psicoespirituales.
246 Mircea Eliade, *Forgerons et alchimistes* (1956), sobre la universalidad de la estructura tripartita en diversas culturas.

- El cuerpo es el vehículo temporal que permite la experiencia en el mundo denso.

Estas coincidencias permiten sostener que la distinción entre alma y espíritu no es un invento moderno ni una especulación personal, sino una sabiduría ancestral compartida. El lenguaje varía, pero el mapa esencial se repite[247]. Comprender estas correspondencias facilita una visión integradora que honra la diversidad sin perder profundidad, y que invita a recuperar el legado espiritual de la humanidad desde una conciencia unificada.[248]

CAPÍTULO 5: LA PSICOLOGÍA PROFUNDA Y LA CONCIENCIA

A lo largo del siglo XX, la psicología se convirtió en una de las principales disciplinas dedicadas al estudio de la psique humana. En sus vertientes más profundas y filosóficas, especialmente con el psicoanálisis, la psicología analítica y la psicología transpersonal, se abrió un espacio para pensar al ser humano como un ser complejo, con niveles de conciencia que van más allá del yo racional. Sin embargo, al carecer de una distinción clara entre alma y espíritu —como la que proponemos en este estudio—, muchas de sus propuestas terminan por atribuir al "alma" procesos que, en rigor, pertenecen al ámbito del espíritu. Este capítulo recorre las principales ideas de la psicología profunda en torno a la conciencia, y plantea una relectura desde la distinción entre néfesh, ruaj y neshamá.

5.1 Freud: Eros y Thanatos, represión del alma

Sigmund Freud concibió la mente humana como un sistema en tensión constante entre pulsiones, normas sociales y estructuras psíquicas[249]. Su modelo estructural —ello, yo y superyó— pretendía explicar el conflicto entre el instinto y la cultura[250]. Freud habló de dos grandes pulsiones fundamentales: Eros (la pulsión de vida, unión, creatividad, placer) y Thanatos (la pulsión de muerte, destrucción, retorno al estado inorgánico).

En esta visión, el alma es identificada con lo pulsional, lo instintivo y lo reprimido[251]. El sufrimiento humano aparece como resultado de la represión de estos impulsos fundamentales por las exigencias del superyó (la moral interiorizada). La conciencia, para Freud, emerge como el equilibrio inestable entre estas fuerzas opuestas[252].

247 René Guénon, *Aperçus sur l'ésotérisme chrétien* (1954), paralelismos entre hermetismo y mística cristiana.
248 Henry Corbin, *L'Homme de Lumière dans le soufisme iranien* (1971), sobre la unidad esencial del mapa espiritual humano en distintas tradiciones.
249 Sigmund Freud, *Más allá del principio del placer* (1920), sobre la dualidad Eros–Thanatos.
250 Freud, *El yo y el ello* (1923), formulación del modelo estructural de la mente.
251 Ernest Jones, *The Life and Work of Sigmund Freud* (1953), sobre la reducción freudiana de lo espiritual a lo psíquico.
252 Paul Ricoeur, *Freud: una interpretación de la cultura* (1965), análisis crítico de la visión freudiana del conflicto psíquico.

Esta concepción reduce el alma a su dimensión instintiva (néfesh), confundiendo lo vital con lo divino[253]. Freud no reconoce una dimensión trascendente o espiritual: lo inconsciente no es sagrado, sino el reservorio de lo reprimido[254]. Así, no hay en su modelo un verdadero espacio para el alma divina (neshamá), ni para el espíritu como puente evolutivo. El sufrimiento aparece como inevitable, sin una visión evolutiva o redentora de la conciencia.

5.2 Jung: el alma como arquetipo guía, el Sí-mismo y el proceso de individuación

Carl Gustav Jung amplió el mapa de la psique propuesto por Freud, incorporando una dimensión simbólica, espiritual y colectiva[255]. Para Jung, el alma no es solo instinto reprimido, sino también guía interior, mediadora entre el ego y el Sí-mismo (el centro unificador del ser)[256]. En su modelo, el alma cumple una función religiosa: orientar al individuo hacia la totalidad[257].

Jung introduce el concepto de inconsciente colectivo, habitado por arquetipos universales[258]. Entre ellos, el del alma (anima/animus), que actúa como mediador entre la conciencia personal y las fuerzas profundas del inconsciente[259]. El camino hacia la realización del ser se denomina proceso de individuación, y consiste en integrar todas las polaridades internas para alcanzar el contacto con el Sí-mismo: la totalidad interior, imagen de lo divino[260].

En este modelo, el alma es a la vez una imagen arquetípica y una función evolutiva[261]. Sin embargo, Jung —a pesar de su profundidad— no distingue con precisión entre el alma como esencia divina inmutable y el alma como función psicológica o energética[262]. Lo que él llama “alma” es, en términos de este estudio, una mezcla entre ruaj y las proyecciones de la neshamá en la conciencia.

Desde esta visión, el proceso de individuación sería más bien un proceso de purificación del espíritu (ruaj) hasta hacerlo apto para reflejar la luz del alma divina (neshamá)[263]. El Sí-mismo no es el alma en sí, sino su imagen interior cuando el espíritu se alinea[264].

253 Viktor Frankl, *La presencia ignorada de Dios* (1948), contraste entre el psicoanálisis clásico y una psicología con sentido trascendente.
254 Carl Gustav Jung, *Recuerdos, sueños, pensamientos* (1961), crítica a la ausencia de dimensión espiritual en Freud.
255 Carl Gustav Jung, *Recuerdos, sueños, pensamientos* (1961), sobre la evolución de su enfoque más allá de Freud.
256 Jung, *Aion* (1951), sobre el Sí-mismo como centro regulador y unificador de la psique.
257 Jolande Jacobi, *The Psychology of C. G. Jung* (1942), interpretación del alma como función religiosa.
258 Jung, *Archetypes and the Collective Unconscious* (1959), definición del inconsciente colectivo.
259 Marie-Louise von Franz, *Anima and Animus* (1970), desarrollo del arquetipo del alma como mediador.
260 Edward F. Edinger, *Ego and Archetype* (1972), explicación del proceso de individuación.
261 James Hillman, *Anima: An Anatomy of a Personified Notion* (1985), análisis del alma como imagen y función.
262 Sonu Shamdasani, *Jung and the Making of Modern Psychology* (2003), sobre los límites de la distinción jungiana entre alma espiritual y alma psicológica.
263 Jung, *Psychology and Alchemy* (1944), paralelos entre el proceso de individuación y la purificación espiritual.
264 Mircea Eliade, *El mito del eterno retorno* (1949), sobre el Sí-mismo como imagen interna de lo divino.

5.3 Psicología transpersonal: niveles de conciencia y expansión del ser

La psicología transpersonal, surgida en los años 60 con autores como Abraham Maslow, Stanislav Grof y Ken Wilber, propuso una integración entre psicología y espiritualidad[265]. Esta corriente sostiene que el ser humano puede expandir su conciencia más allá del ego, acceder a estados superiores y conectar con una dimensión trascendente del ser[266].

Este enfoque introduce la noción de niveles de conciencia, estados de unidad, experiencias cumbre y dimensiones transpersonales que no pueden ser comprendidas plenamente desde el paradigma racional[267].

Ken Wilber, en particular, propone un modelo evolutivo de la conciencia que transita desde lo prepersonal hasta lo transpersonal, articulando en su "espectro de la conciencia" una progresiva integración de lo emocional, mental, espiritual y unitivo[268]. Esta propuesta reconoce una conciencia espiritual, aunque muchas veces no distingue entre el alma (*neshamá*) y el espíritu (*ruaj + néfesh*)[269].

Stanislav Grof, por su parte, explora los estados no ordinarios de conciencia y desarrolla la noción de una "psique perinatal y transpersonal" que contiene memorias más allá de la vida individual[270]. En su modelo aparece una identidad espiritual más allá del ego, pero sin diferenciar claramente entre lo que puede fragmentarse (el espíritu) y lo que permanece puro e inmutable (el alma)[271].

La psicología transpersonal abre un puente necesario entre ciencia y espiritualidad, pero requiere afinar su marco conceptual para reconocer que la expansión de la conciencia es un proceso que ocurre en el espíritu (*ruaj*), mientras que el alma (*neshamá*) ya es plena y no necesita evolución[272].

5.4 El alma no sufre; quien sufre es el espíritu desalineado

Desde la cosmovisión propuesta en este estudio, es necesario reordenar el mapa de la conciencia humana. Las escuelas psicológicas profundas han intuido la existencia de una dimensión superior, pero al carecer de una ontología clara que distinga entre alma y espíritu, sus modelos siguen siendo parciales.[273]

En este marco:

265 Abraham Maslow, *The Farther Reaches of Human Nature* (1971), sobre la integración de psicología y espiritualidad.
266 Charles T. Tart, *Transpersonal Psychologies* (1975), definición de la psicología transpersonal y su enfoque multidimensional.
267 Frances Vaughan, *Awakening Intuition* (1979), sobre experiencias cumbre y estados de unidad.
268 Ken Wilber, *The Spectrum of Consciousness* (1977), modelo de evolución desde lo prepersonal hasta lo transpersonal.
269 Wilber, *Eye to Eye* (1996), sobre la integración de niveles emocionales, mentales y espirituales.
270 Stanislav Grof, *The Holotropic Mind* (1992), descripción de los estados no ordinarios y la psique transpersonal.
271 Grof, *Psychology of the Future* (2000), distinción entre identidad del ego e identidad espiritual.
272 *Espiritualidad Revelada* (2025), reinterpretación del marco transpersonal desde la distinción *neshamá–ruaj*.
273 Stanislav Grof, *Psychology of the Future* (2000), sobre la necesidad de un mapa ampliado de la conciencia.

- El alma (neshamá) es divina, eterna, pura, no se fragmenta ni se contamina. No sufre ni se desintegra.
- El espíritu (ruaj + néfesh) es el vehículo multidimensional del ser humano. Es quien experimenta el trauma, la desconexión, la fragmentación y el proceso de sanación.
- La conciencia viaja a través del espíritu, y puede oscurecerse o expandirse según el estado de sus cuerpos sutiles.
- El ego, el inconsciente, los arquetipos, y los procesos de individuación no son procesos del alma, sino procesos del espíritu en camino de alineación.

Por tanto, cuando hablamos de "heridas del alma", "alma fragmentada" o "alma perdida", lo que en realidad estamos describiendo es un espíritu desalineado, bloqueado o desconectado de su origen divino[274]. El alma no necesita ser sanada: lo que necesita sanación es el espíritu que ha olvidado su origen.

Este aporte no solo clarifica muchos malentendidos semánticos, sino que ofrece un marco operativo para la psicología espiritual, la terapia energética y el trabajo de sanación profunda. Reconocer quién sufre (el espíritu), y quién guía desde la pureza (el alma), es la base para una verdadera liberación interior.

CAPÍTULO 6: CIENCIA MODERNA Y CONCIENCIA

A lo largo de la historia, el conocimiento espiritual y el conocimiento científico han parecido transitar caminos distintos, e incluso contradictorios. Sin embargo, a partir del siglo XX, y especialmente en los últimos años, ciertos descubrimientos en física, neurociencia y cosmología han comenzado a converger con intuiciones milenarias provenientes de la mística y la espiritualidad. Este capítulo aborda esa intersección: cómo la ciencia moderna se ha topado, una y otra vez, con el misterio de la conciencia.

6.1 Neurociencia: el problema difícil de la conciencia

En el ámbito de la neurociencia cognitiva, uno de los debates centrales es lo que el filósofo David Chalmers denominó “el problema difícil de la conciencia” (*the hard problem of consciousness*)[275]. Este problema plantea una pregunta fundamental: ¿cómo es posible que la actividad neurobiológica, eléctrica y química del cerebro produzca experiencia subjetiva? ¿Cómo, a partir de la materia, surge algo tan inmaterial como la conciencia?

274 René Guénon, *El reino de la cantidad y los signos de los tiempos* (1945), crítica a las confusiones terminológicas en espiritualidad.

275 David Chalmers, *Facing Up to the Problem of Consciousness* (1995), formulación del “problema difícil” en filosofía de la mente.

Los enfoques reduccionistas sostienen que la conciencia es un subproducto del cerebro, una ilusión generada por redes neuronales[276]. Pero esta hipótesis no resuelve el núcleo del misterio: no explica por qué la experiencia existe en absoluto[277].

Chalmers, junto con otros pensadores contemporáneos, sugiere que la conciencia podría ser un elemento fundamental y no derivado de la realidad[278]. Este enfoque, que algunos han llamado panpsiquismo o fundamentalismo de la conciencia, coincide sorprendentemente con visiones espirituales que afirman que la conciencia no es un efecto, sino la causa última del cosmos[279].

Desde la perspectiva de este estudio, este giro en la neurociencia y la filosofía de la mente no solo confirma intuiciones milenarias de la mística, sino que abre la puerta a un diálogo más profundo entre ciencia y espiritualidad. El "problema difícil" no es una anomalía científica, sino la huella visible de una verdad más amplia: que la conciencia precede a la materia y se manifiesta a través de ella.

6.2 Física cuántica: colapso de la función de onda y conciencia como campo

En la física cuántica, el concepto de función de onda describe un estado de probabilidad que contiene todas las posibles configuraciones de un sistema antes de ser medido[280]. El célebre experimento de la doble rendija mostró que una partícula subatómica puede comportarse como onda o como partícula dependiendo de si es observada[281]. Este fenómeno, conocido como colapso de la función de onda, implica que el acto de observación altera el resultado del experimento[282].

Algunos físicos, como Eugene Wigner y John Archibald Wheeler, han sugerido que la conciencia del observador juega un papel fundamental en la constitución de la realidad[283]. Wigner propuso que la conciencia es necesaria para completar el proceso cuántico, mientras que Wheeler formuló la hipótesis del *participatory universe*, donde el observador es parte activa en el surgimiento del cosmos[284].

Estas ideas han inspirado teorías que conciben la conciencia no como un producto local del cerebro, sino como un campo cuántico no local que interpenetra todo el universo[285]. Aunque tales

276 Daniel Dennett, *Consciousness Explained* (1991), postura reduccionista y funcionalista de la conciencia.
277 Joseph Levine, *Materialism and Qualia: The Explanatory Gap* (1983), sobre la brecha explicativa entre procesos físicos y experiencia subjetiva.
278 Chalmers, *The Conscious Mind* (1996), defensa de la conciencia como propiedad fundamental.
279 Christof Koch, *The Feeling of Life Itself* (2019), aproximación neurocientífica al panpsiquismo.
280 Erwin Schrödinger, *What is Life?* (1944), introducción conceptual a la función de onda y la indeterminación.
281 Richard Feynman, *The Feynman Lectures on Physics*, Vol. III (1965), explicación del experimento de la doble rendija.
282 Max Born, *Zur Quantenmechanik der Stoßvorgänge* (1926), formulación probabilística de la función de onda.
283 Eugene Wigner, *Remarks on the Mind-Body Question* (1961), hipótesis de la conciencia como factor del colapso cuántico.
284 John A. Wheeler, *Law without Law* (1983), propuesta del universo participativo.
285 Amit Goswami, *The Self-Aware Universe* (1993), interpretación cuántica no local de la conciencia.

interpretaciones no son aceptadas de forma unánime en la comunidad científica, su sola existencia señala una apertura hacia modelos que integran mente, energía y materia[286].

Este giro epistemológico refleja un cambio profundo: el paradigma newtoniano–mecanicista cede espacio, lentamente, a una visión más holística y participativa, donde la conciencia no sigue al fenómeno físico, sino que lo precede y lo informa.

6.3 Conexión con la Torá: “Bereshit Bará Elohim” y el Tetragrámaton

Desde el punto de vista místico hebreo, la creación no comienza con la materia, sino con un acto de conciencia divina[287]. El primer versículo de la Torá declara:

> בְּרֵאשִׁית בָּרָא אֱלֹהִים אֵת הַשָּׁמַיִם וְאֵת הָאָרֶץ
> *Bereshit bará Elohim et haShamayim ve’et haAretz*
> (“En el principio creó Dios los cielos y la tierra”). — Génesis 1:1

La palabra Bereshit no indica únicamente un inicio temporal, sino un principio arquetípico, una emanación desde lo eterno[288]. En la visión cabalística, esto no significa que Dios actúe como un agente externo, sino que el universo es emanado desde la propia conciencia divina[289]. Dios no crea desde fuera: Se expresa desde dentro de Sí Mismo[290].

El Tetragrámaton (*Shem HaMeforash* — יהוה, *YHVH*) suele traducirse como “El que es”, pero su raíz hebrea sugiere simultáneamente ser, haber sido y llegar a ser[291]. Este Nombre no designa una entidad estática, sino un campo dinámico de existencia consciente y eterno[292].

Así como la física cuántica describe superposición y colapso de probabilidades, la Kabalá enseña emanación (*atzilut*), contracción (*tzimtzum*) y revelación (*hitgalut*)[293]. En ambos marcos, la conciencia es origen y destino, matriz y plenitud del ser[294].

---

286 Henry Stapp, *Mindful Universe* (2007), desarrollo de un marco cuántico para la mente.
287 Aryeh Kaplan, *In the Beginning* (1981), análisis cabalístico de *Bereshit*.
288 Gershom Scholem, *Major Trends in Jewish Mysticism* (1941), sobre el sentido no temporal de *Bereshit*.
289 Moisés Cordovero, *Pardes Rimonim* (s. XVI), sobre la creación como emanación divina.
290 Isaac Luria, *Etz Chaim* (s. XVI), doctrina del *tzimtzum* y la emanación interna.
291 Nehemia Gordon, *Shattering the Conspiracy of Silence* (2012), sobre la raíz verbal del Tetragrámaton.
292 Maimónides, *Guía de los perplejos* (1190), Parte I, cap. 63, sobre la naturaleza dinámica de los Nombres divinos.
293 Moshe Idel, *Kabbalah: New Perspectives* (1988), paralelismos entre la física moderna y la estructura cabalística.
294 *Espiritualidad Revelada* (2025), correlación entre la visión cabalística de la creación y el modelo cuántico de la conciencia.

6.4 Dios es conciencia eterna; el alma es su chispa; el espíritu su canal

Este estudio sostiene que la conciencia no es una función del cerebro ni una propiedad emergente de la materia[295]. Por el contrario, la conciencia es el fundamento mismo del ser. A esto, en lenguaje espiritual, se le ha llamado Dios o conciencia suprema[296].

Dios no es una figura antropomórfica situada fuera del universo, sino la Conciencia eterna, infinita, autosuficiente, de la cual todo emerge y hacia la cual todo regresa.[297]

Desde esta perspectiva:

- **El alma (Neshamá)** es la chispa divina: una emanación pura de esa conciencia eterna. Es indivisible, inmutable, eterna.
- **El espíritu (Ruaj + Néfesh)** es el canal multidimensional a través del cual esa chispa toma forma, experiencia, memoria y posibilidad de evolución en los planos densos.
- **El cuerpo (Guf)** es el vehículo de la experiencia encarnada, temporal y transformadora, que permite que esa conciencia se reconozca a sí misma en la materia.

Este modelo no pretende explicar científicamente el misterio de la conciencia, sino ofrecer un puente entre los lenguajes de la ciencia y de la espiritualidad. Allí donde la neurociencia y la física cuántica reconocen que hay algo que no pueden explicar, las tradiciones místicas proponen que ese "algo" es el Ser consciente: la Presencia que todo lo sostiene y todo lo habita.

CAPÍTULO 7: LA CONFUSIÓN SEMÁNTICA ENTRE ALMA Y ESPÍRITU, DEL HEBREO AL GRIEGO Y AL PENSAMIENTO MODERNO

La distinción entre alma y espíritu ha sido reconocida por muchas tradiciones antiguas. Sin embargo, en el tránsito lingüístico y cultural desde el hebreo bíblico al griego koiné, y posteriormente a las lenguas modernas, se produjo una confusión semántica que ha perdurado hasta nuestros días. Este capítulo explora cómo esta confusión se originó, qué consecuencias tuvo en la comprensión del ser humano, y por qué es fundamental recuperar la claridad original para una espiritualidad integradora.

7.1 El marco original: Néfesh, Ruaj y Neshamá

En el hebreo bíblico, tres términos fundamentales estructuran la antropología espiritual:

295 David Chalmers, *The Conscious Mind* (1996), defensa de la conciencia como realidad fundamental.
296 Aldous Huxley, *La filosofía perenne* (1945), identificación de la conciencia suprema con Dios en diversas tradiciones.
297 Maimónides, *Guía de los perplejos* (1190), sobre Dios como ser necesario e infinito.

- **Néfesh (נֶפֶשׁ)**: el aliento vital, lo instintivo, lo emocional y lo psicológico. Se relaciona con el cuerpo, la mente y las emociones. Es el nivel más denso y ligado a la experiencia terrenal.
- **Ruaj (רוּחַ)**: el espíritu, entendido como la energía sutil, el impulso, la conciencia en expansión, la parte del ser humano que conecta con lo espiritual y lo invisible.
- **Neshamá (נְשָׁמָה)**: el alma divina, eterna, inmutable. Es la chispa de Dios en cada ser humano. No reencarna, no enferma, no se contamina. Es lo que somos en esencia, más allá de toda experiencia.

Esta estructura tripartita permite comprender que lo que comúnmente se denomina “alma” incluye niveles muy distintos entre sí: uno mutable y procesual (espíritu) y otro absoluto e inalterable (alma divina).

7.2 La traducción griega: Psique y Pneuma

Con la redacción de la Septuaginta —la traducción griega del Tanaj realizada en Alejandría entre los siglos III y II a. C.— se inició un profundo proceso de reinterpretación espiritual y lingüística que marcaría para siempre la comprensión del ser humano en Occidente.[298]

Según la Carta de Aristeas (*Letter of Aristeas*, s. II a.C.), el faraón ptolemaico Ptolomeo II Filadelfo (285–247 a.C.) encargó la traducción de la Torá al griego para incorporarla a la Biblioteca de Alejandría[299]. El texto relata que 72 sabios judíos (seis por cada una de las doce tribus) fueron convocados para esta tarea. En versiones posteriores de la historia, recogidas por Filón de Alejandría (*De Vita Mosis* II, 25–44) y Flavio Josefo (*Antigüedades judías* XII, 11), se añade el elemento milagroso: los traductores, trabajando de forma independiente, produjeron una versión idéntica palabra por palabra, lo que fue interpretado como un signo de inspiración divina[300].

La tradición rabínica, en el Talmud de Babilonia (*Meguilá 9a*), también menciona este episodio, subrayando que el día de la traducción fue considerado tan desafortunado como el día del becerro de oro, debido a la pérdida de matices en el paso del hebreo al griego.[301]

Históricamente, la traducción de la Torá al griego en Alejandría está ampliamente aceptada por los especialistas[302]. Sin embargo, el carácter milagroso y la uniformidad perfecta de las versiones son elementos legendarios sin verificación documental. Más allá de su carácter simbólico o mítico, el resultado fue una traducción unificada que introdujo variaciones significativas en conceptos clave, particularmente en la interpretación de los niveles del alma y el espíritu[303].

Este fenómeno produjo desplazamientos semánticos que influirían en toda la teología posterior:

298 Emanuel Tov, *Textual Criticism of the Hebrew Bible* (1992), sobre la historia textual de la Septuaginta.
299 *Letter of Aristeas* (s. II a. C.), relato fundacional de la traducción al griego.
300 Filón de Alejandría, *De Vita Mosis* II, 25–44; Flavio Josefo, *Antigüedades judías* XII, 11.
301 Talmud de Babilonia, *Meguilá* 9a, sobre la fecha de la traducción como día de desgracia.
302 Albert Pietersma & Benjamin G. Wright, *A New English Translation of the Septuagint* (2007), sobre el contexto histórico de Alejandría.
303 James Barr, *The Semantics of Biblical Language* (1961), sobre la transformación conceptual en la traducción bíblica.

- **נֶפֶשׁ (Néfesh)** fue traducido casi siempre como **ψυχή (psychē)**. El problema radica en que el término griego, especialmente desde Platón (*Fedón*, *República*), designaba un principio anímico-racional o el "alma" como entidad separada del cuerpo, lo que difiere del néfesh hebreo, que implica la vida integral, el ser viviente y el alma instintivo-emocional (cf. *Gn 2:7; 46:15*).
- **רוּחַ (Ruaj)** fue vertido como **πνεῦμα (pneuma)** en pasajes referentes al "espíritu de Dios" (*Gn 1:2; Is 11:2*). Sin embargo, en otros contextos, se tradujo como **ψυχή (psychē)** o mediante perífrasis, lo que generó ambigüedad al confundirlo con el campo semántico de néfesh (ej. *Job 12:10*).
- **נְשָׁמָה (Neshamá)**, considerada en la antropología hebrea como el aliento divino y nivel espiritual más elevado, aparece en la Septuaginta mayoritariamente como **πνοή (pnoē)** (*Gn 2:7; 7:22*), que en griego clásico significa simplemente "soplo" o "respiración física". En otros casos, se tradujo como **ψυχή** (*Dt 20:16; Jos 11:14*) o se diluyó en construcciones perifrásticas, perdiendo así su carácter diferenciado como alma divina e inmutable.

Este deslizamiento semántico provocó una fusión conceptual entre los distintos niveles del ser humano que, en el pensamiento hebreo, estaban claramente diferenciados[304]. El alma vital (nefesh), el espíritu consciente (ruaj) y el alma divina (neshamá) quedaron bajo los mismos términos —psique o pneuma— dependiendo del contexto, y muchas veces sin una lógica unificadora.

Este estudio propone recuperar esa precisión original, no desde el dogma, sino desde la conciencia. Solo así podrá comprenderse con claridad qué parte de nosotros sufre, cuál puede sanar, cuál evoluciona y cuál permanece intacta como chispa eterna de Dios.

7.3 Traducciones problemáticas de Néfesh, Neshamá y Ruaj en la Septuaginta

El análisis comparativo entre el texto hebreo y la Septuaginta griega revela que, en múltiples pasajes, el sentido original de términos clave —נֶפֶשׁ (*néfesh*), נְשָׁמָה (*neshamá*) y רוּחַ (*Ruaj*)— se ve alterado debido a elecciones de traducción que no reflejan la precisión semántica del hebreo bíblico.

El griego antiguo carecía de un vocabulario exacto para transmitir los matices hebreos relacionados con la vida, el alma y el espíritu, lo que introdujo cambios conceptuales de fondo.

1. Néfesh נֶפֶשׁ → ψυχή (*psychē*)

- **Hebreo**: נֶפֶשׁ (*néfesh*) designa la "vida anímica" o "alma instintiva", el principio vital ligado al cuerpo y las emociones básicas.

304 Moshe Idel, *Kabbalah: New Perspectives* (1988), sobre la diferenciación entre *néfesh*, *ruaj* y *neshamá*.

- **Griego**: ψυχή (*psychē*) es un equivalente funcional bastante fiel, aunque con matices platónicos.
- **Observación**: En este caso la traducción es coherente; el problema surge cuando *psychē* se usa también para traducir *neshamá* o *Ruaj*, borrando las diferencias entre niveles del alma.
- **Ejemplos clave**:
    - Gn 2:7 – לְנֶפֶשׁ חַיָּה (*lenéfesh ḥayyá*, "ser viviente") → εἰς ψυχὴν ζῶσαν (*eis psychēn zōsan*, "en alma viviente").
    - Gn 46:15 – כָּל נֶפֶשׁ (*kol néfesh*, "toda persona") → πᾶσα ψυχή (*pasa psychē*, "toda alma").

2. Neshamá נְשָׁמָה → πνοή (*pnoē*) o ψυχή (*psychē*)

- **Hebreo**: נְשָׁמָה (*neshamá*) es el "aliento divino" infundido por Dios, la chispa vital más elevada, asociada a la conciencia espiritual.
- **Griego**: πνοή (*pnoē*) es "soplo" en sentido físico; ψυχή (*psychē*) es "alma" pero en sentido genérico.
- **Problema**: Al traducir *neshamá* como *pnoē*, se reduce su sentido espiritual a un fenómeno biológico; al traducirla como *psychē*, se la confunde con *néfesh*.
- **Ejemplos clave**:
    - Gn 2:7 – נִשְׁמַת חַיִּים (*nishmat ḥayyím*, "aliento de vida") → πνοὴν ζωῆς (*pnoēn zōēs*, "soplo de vida").
    - Dt 20:16 – כָּל נְשָׁמָה (*kol neshamá*, "todo ser con aliento") → πᾶσα ψυχή (*pasa psychē*, "toda alma").
    - Jos 11:14 – נְשָׁמָה (*neshamá*, "ser con aliento") → πᾶσα ψυχή (*pasa psychē*, "toda alma").

3. Ruaj רוּחַ → πνεῦμα (*pneuma*) o ψυχή (*psychē*)

- **Hebreo**: רוּחַ (*Ruaj*) significa "viento, soplo, espíritu" y abarca desde lo físico (aire, respiración) hasta lo espiritual (inspiración, espíritu humano y Espíritu de Dios).
- **Griego**: πνεῦμα (*pneuma*) es "espíritu" y suele ser la traducción más fiel; sin embargo, en algunos casos se sustituye por ψυχή (*psychē*) o por expresiones genéricas, desdibujando la distinción entre espíritu y alma.
- **Problema**: Cuando *Ruaj* se traduce como *psychē*, se asimila el espíritu a la vida anímica o instintiva, lo que distorsiona la antropología hebrea.
- **Ejemplo clave**:

- Job 27:3 – כִּי כָל־עוֹד נִשְׁמָתִי בִּי וְרוּחַ אֱלוֹהַּ בְּאַפִּי (*ki kol-ʻod nishmatí bí veRuaj Eloah be-appí*, “mientras haya neshamá en mí y el Ruaj de Dios en mis narices”) → ἔτι γὰρ πνοὴ μου ἐν ἐμοὶ καὶ ψυχή θεοῦ ἐν ῥινὶ μου (*eti gar pnoē mou en emoi kai psychē theou en rhini mou*), donde *Ruaj* se traduce como *psychē*, sustituyendo “espíritu” por “alma” y rompiendo el paralelismo original.

La traducción griega de la Septuaginta, aunque fiel en muchos casos, introduce confusión conceptual cuando usa la misma palabra (*psychē*) para traducir *néfesh*, *neshamá* y en algunos casos *Ruaj*. Esto diluye la estructura jerárquica y funcional del alma y el espíritu en la antropología hebrea y favorece una lectura influida por la filosofía griega, que tiende a reducir la vida espiritual a un dualismo alma-cuerpo, perdiendo los niveles y matices propios de la cosmovisión hebrea.

7.4 El impacto en la teología cristiana

En los textos del Nuevo Testamento, especialmente en las cartas paulinas, se observa un esfuerzo por conservar una estructura tripartita del ser humano[305]:

- Σάρξ (*sarx*): la carne, lo pasional y lo instintivo[306].
- Ψυχή (*psychē*): el alma viviente, mutable, sujeta a pasiones y deseos[307].
- Πνεῦμα (*pneuma*): el espíritu, principio de filiación divina y ámbito de relación con Dios[308].

Este esquema, presente por ejemplo en 1 Tesalonicenses 5:23 y Hebreos 4:12, mantiene un paralelismo con la distinción hebrea entre *néfesh*, *ruaj* y *neshamá*. Sin embargo, con el paso de los siglos, la teología cristiana institucional —especialmente en Occidente— fusionó semánticamente el alma y el espíritu, identificándolos con la totalidad de lo invisible[309].

El resultado fue que, en la tradición cristiana latina, “alma” y “espíritu” se volvieron sinónimos, perdiendo la precisión espiritual y operativa que caracterizaba a la mística hebrea[310]. La Vulgata de Jerónimo (s. IV), al traducir *psychē* y *pneuma* casi siempre como *anima* o *spiritus* sin una diferenciación sistemática, contribuyó a consolidar esta confusión[311].

Este desplazamiento semántico tuvo profundas consecuencias doctrinales:

- Eliminó la idea de un espíritu procesual que evoluciona y se alinea para reflejar el alma divina.
- Favoreció una antropología dualista (cuerpo–alma) en lugar de una visión tripartita.

305 Rudolf Bultmann, *Theology of the New Testament* (1951), sobre la antropología tripartita paulina.
306 James D. G. Dunn, *The Theology of Paul the Apostle* (1998), análisis del concepto de *sarx*.
307 Joseph H. Thayer, *Greek-English Lexicon of the New Testament* (1889), entrada ψυχή.
308 Anthony C. Thiselton, *The Holy Spirit* (2013), sobre *pneuma* como principio de vida espiritual.
309 Jaroslav Pelikan, *The Christian Tradition: A History of the Development of Doctrine* (1971), sobre la fusión conceptual alma–espíritu.
310 James Barr, *The Semantics of Biblical Language* (1961), sobre la pérdida de matices en traducciones.
311 Bruce M. Metzger, *The Early Versions of the New Testament* (1977), sobre la influencia de la Vulgata.

- Redujo el trabajo espiritual a la “salvación del alma” entendida como totalidad invisible, perdiendo la distinción entre lo que sufre y cambia (espíritu) y lo que permanece puro e inmutable (alma)[312].

En la mística cristiana, sin embargo, ciertos autores preservaron de forma implícita esta diferenciación. San Juan de la Cruz, Teresa de Ávila y Meister Eckhart hablaron de un “fondo del alma” o “chispa divina” que no se contamina, lo que en este estudio corresponde a la *neshamá*[313]. No obstante, la falta de un marco terminológico preciso impidió que esta distinción se sistematizara en la teología oficial.

7.5 Consecuencias para la espiritualidad moderna

La confusión terminológica entre alma y espíritu, heredada del desplazamiento semántico producido entre el hebreo y el griego y consolidada por la tradición cristiana occidental, ha tenido repercusiones profundas en la psicología, la religión y la espiritualidad contemporáneas[314].

En el lenguaje cotidiano y en buena parte de la literatura espiritual actual, se observan expresiones que, aunque bien intencionadas, resultan inexactas desde una perspectiva antropológica hebrea y desde un marco de espiritualidad integradora:

Se afirma que “el alma se pierde” o “el alma se daña”, cuando en realidad lo que se distorsiona o desvía es el espíritu (*Ruaj + néfesh*), es decir, el conjunto de planos que interactúan con la experiencia terrenal y son susceptibles de desequilibrio. La *neshamá*, por su naturaleza divina e inmutable, no puede perderse ni corromperse.

Se habla de “heridas del alma”, cuando esas heridas pertenecen en realidad al campo emocional o causal del espíritu: memorias traumáticas, lealtades familiares, emociones no integradas y creencias limitantes que afectan a la energía vital y a la percepción de la realidad[315].

Se sostiene que “el alma evoluciona”, cuando la evolución corresponde al espíritu: es él quien transita procesos de transformación, integración y despertar, reflejando cada vez con mayor fidelidad la luz de la *neshamá*[316].

La pérdida de la distinción estructural entre espíritu y alma ha generado una confusión ontológica que limita la comprensión profunda de:

312 *Espiritualidad Revelada* (2025), sobre la recuperación de la distinción hebrea en el trabajo espiritual contemporáneo.

313 Teresa de Ávila, *Las Moradas* (1577); San Juan de la Cruz, *Llama de amor viva* (s. XVI); Meister Eckhart, *Sermones Alemanes* (s. XIV).

314 James Barr, *The Semantics of Biblical Language* (1961), sobre cómo los desplazamientos semánticos afectan la teología y la práctica.

315 Stanislav Grof, *Psychology of the Future* (2000), sobre memorias perinatales/traumáticas y niveles psíquicos no reductibles al “alma” genérica.

316 Ken Wilber, *The Spectrum of Consciousness* (1977), modelo evolutivo que ubica la transformación en niveles del self/espíritu, no en el alma divina.

El sufrimiento → Al atribuir al alma divina experiencias de dolor o corrupción, se asocia lo eterno con lo mutable, lo que distorsiona la imagen de lo divino y refuerza creencias de culpa o indignidad[317].

La sanación → Si se cree que el alma necesita "curarse", se desvía el trabajo hacia un plano que no requiere intervención, dejando sin atender los niveles del espíritu donde sí se produce la distorsión[318].

El propósito espiritual de la encarnación → Sin esta distinción, se malinterpreta la experiencia humana como una "prueba" para el alma, en lugar de comprenderla como un proceso de aprendizaje y expansión del espíritu para reflejar mejor la esencia divina[319].

En consecuencia, muchas prácticas espirituales modernas —incluyendo corrientes del *new age* y enfoques terapéuticos holísticos— operan con un marco conceptual incompleto. Esto conduce a intervenciones poco precisas, que a veces producen alivio temporal pero no la integración profunda que se logra al trabajar en el nivel correspondiente del ser[320] [321].

La recuperación de la claridad original no es un ejercicio filológico, sino una herramienta para restaurar la operatividad espiritual: reconocer que el alma (*neshamá*) es la chispa divina inalterable, y que el espíritu (*Ruaj + néfesh*) es el puente vivo que puede ser sanado, fortalecido y alineado, es clave para una espiritualidad madura, consciente y libre de confusión.

7.6 Restaurar el mapa original: hacia una nueva antropología espiritual

Este estudio propone restaurar el mapa espiritual hebreo como base para una nueva antropología del ser humano, más coherente, precisa y operativa. No se trata de un regreso dogmático al pasado, sino de una relectura contemporánea apoyada en claves místicas, lingüísticas y energéticas, que permita distinguir sin dividir, comprender sin fragmentar, y sanar sin confundir los planos del ser.

Desde esta visión:

- El alma (נְשָׁמָה – Neshamá) es lo divino en nosotros. Es eterna, pura, inmutable, no encarna, no evoluciona ni enferma. Es el soplo de Dios, la chispa directa de lo Uno en cada ser.

317 Viktor Frankl, *El hombre en busca de sentido* (1946), sobre sufrimiento y dignidad ontológica; distingue sentido/espíritu frente a reducción psicologista.

318 Roberto Assagioli, *Psychosynthesis* (1965), metodología para intervenir en el nivel correspondiente (subpersonalidades, inconsciente) en vez de "curar el alma".

319 Moshe J. Luzzatto (Ramjal), *Derech Hashem* (1740), propósito de la encarnación y estructura jerárquica del alma/espíritu.

320 Wouter J. Hanegraaff, *New Age Religion and Western Culture* (1996), análisis crítico del marco conceptual del *new age*.

321 Charles T. Tart (ed.), *Transpersonal Psychologies* (1975), cartografía de estados/ niveles y límites del paradigma cuando se confunde "alma" y "espíritu".

- El espíritu (נֶפֶשׁ + רוּחַ — Ruaj + Néfesh) es el puente multidimensional a través del cual esa luz divina se expresa en la experiencia encarnada. El espíritu abarca todos los niveles de la conciencia humana: energética, emocional, mental y física. Es allí donde ocurren la evolución, la sanación, el aprendizaje y la transformación.
- El cuerpo, en este marco, no es algo separado del espíritu, sino que forma parte de él como su expresión más densa. Dentro del modelo de los siete cuerpos sutiles, el cuerpo físico constituye el primer nivel vibracional del espíritu. No obstante, es necesario diferenciar entre:
    - El cuerpo físico material (guf – גוף)[322]: lo tangible, biológico, observable.
    - El cuerpo físico sutil: su huella energética, patrón vibracional que lo sostiene e interconecta con los otros cuerpos.

Ambos son una misma entidad manifestada en distintas frecuencias, y están en constante interdependencia. Esta visión no busca separar, sino ordenar vibracionalmente la experiencia del ser.

Por tanto, Todo el Ser es uno solo: cuerpo, espíritu, alma y Dios mismo no son entidades aisladas, sino expresiones de una misma Esencia desplegada en distintos planos. Hacemos distinciones no para dividir, sino para facilitar la comprensión mental, que necesita tramos, etapas, estructuras, mapas. Pero la verdad última sigue siendo la unidad.

Desde esta perspectiva:

- La sanación no ocurre en el alma, sino en el espíritu.
- El crecimiento no es del alma, sino de la conciencia espiritual.
- La enfermedad no es una mancha del alma, sino una desalineación del campo vibracional del espíritu.

Recuperar esta precisión conceptual no es un acto intelectual, sino un movimiento de retorno al orden interno del Ser. Comprender desde dónde actuamos, desde qué nivel sufrimos, desde qué plano se puede intervenir, permite sanar con más profundidad, acompañar con más claridad y conectar con lo divino desde una conciencia íntegra.

Así como el alma no sufre, no duda ni se divide, tampoco juzga, ni castiga, ni exige evolución. Esa es tarea del espíritu en su viaje por los mundos densos. La Neshamá simplemente es. Y cuando el espíritu se alinea, esa Esencia puede brillar sin distorsión en la Tierra.

322 En la terminología bíblica, el aspecto físico del ser humano suele designarse con *basar* (“carne”), mientras que *guf* (“cuerpo”) es un término propio del hebreo rabínico y posterior. En este estudio se emplea *guf* para referirse de forma clara al cuerpo físico material, diferenciándolo de la “carne” (*basar*) como condición mortal.

7.7 Nota aclaratoria sobre la relación entre la tradición hebrea, la filosofía griega y el cristianismo primitivo

Aunque el Nuevo Testamento fue escrito mayoritariamente en griego koiné, su base doctrinal y espiritual se enraíza en la revelación hebrea: la Torá, los Profetas y los Escritos[323]. Los autores, como Pablo, pensaban desde un marco mental judío y empleaban categorías propias de la tradición hebrea (*ruaj, nefesh, basar*), aunque al expresarse en griego las tradujeron como *pneuma, psychē, sarx*[324].

Este uso del griego no implicó una adopción directa de la metafísica de Platón o Aristóteles[325]. La filosofía griega ya estaba plenamente desarrollada siglos antes y era conocida en el mundo helenizado, pero para Jesús, Pablo y la Iglesia primitiva la autoridad espiritual provenía exclusivamente de las Escrituras hebreas[326]. La filosofía se usó de manera ocasional como puente cultural en la predicación a los gentiles, reinterpretando sus conceptos a la luz de la fe de Israel (ejemplo: Pablo en el Areópago, Hechos 17)[327].

La Septuaginta, traducción griega del Tanaj realizada en Alejandría (siglo III–II a.C.), fue clave porque era el texto más accesible para los judíos de la diáspora y el que más se citó en el Nuevo Testamento. Sin embargo, esta traducción ya había introducido ambigüedades semánticas: *nefesh* vertido como *psychē*, *ruaj* como *pneuma*, y *basar* como *sarx*, con lo que las palabras heredaron ecos de la filosofía helénica, aunque con significados reelaborados según la tradición hebrea[328].

En resumen, el cristianismo primitivo:

- Se fundamentó en el marco hebreo y la tradición profética.[329]
- Se expresó en griego koiné por contexto histórico y lingüístico.[330]
- Usó la Septuaginta como puente textual.[331]
- Absorbió resonancias filosóficas griegas de forma indirecta, sin adoptarlas como base doctrinal.[332]

La estructura conceptual del cristianismo primitivo no fue heredera de la filosofía griega, sino de la tradición hebrea reinterpretada en griego koiné. La Septuaginta actuó como puente lingüístico y cultural, transmitiendo categorías hebreas a través de términos griegos que arrastraban matices filosóficos. Este contacto generó ambigüedades semánticas, pero no sustituyó la base doctrinal

323 Jacob Neusner, *Judaism in the Beginning of Christianity* (1997), sobre el marco hebreo del cristianismo primitivo.
324 David H. Stern, *Jewish New Testament Commentary* (1992), sobre categorías hebreas en el pensamiento de Pablo.
325 Werner Jaeger, *Paideia* (1944), sobre la filosofía griega y su contexto.
326 N. T. Wright, *Paul and the Faithfulness of God* (2013), sobre el marco judío de Pablo.
327 F. F. Bruce, *Paul: Apostle of the Heart Set Free* (1977), análisis de Hechos 17.
328 James Barr, *The Semantics of Biblical Language* (1961), sobre ambigüedades en la traducción griega.
329 Larry Hurtado, *Lord Jesus Christ* (2003), sobre la tradición profética en el cristianismo primitivo.
330 Stanley E. Porter, *Handbook of Classical Rhetoric in the Hellenistic Period* (1997), sobre el contexto lingüístico.
331 Bruce M. Metzger, *The Early Versions of the New Testament* (1977), sobre el uso de la LXX.
332 Everett Ferguson, *Backgrounds of Early Christianity* (2003), sobre influencias culturales.

original. Así, la esencia del mensaje cristiano del siglo I se entiende correctamente solo cuando se reconoce su raíz hebrea y el papel secundario —aunque inevitable— de la influencia helénica.

Época / Contexto	Lengua principal	Tratamiento de *Néfesh*	Tratamiento de *Neshamá*	Resultado
Hebreo bíblico (siglos X–IV a.C.)	Hebreo	Principio vital encarnado, ligado a sangre, emociones, deseos. Mutable y sujeto a transformación.	Aliento divino puro, chispa de Dios. Inmutable e incorruptible.	Distinción **clara** entre ambos niveles del ser.
Septuaginta (siglo III–II a.C., Alejandría)	Griego koiné	Traducido casi siempre como *ψυχή* (*psychē*, "alma").	Traducido a veces como *ψυχή* y otras como *πνεῦμα* (*pneuma*).	**Fusión parcial** de significados: dos realidades hebreas distintas pasan a compartir palabras griegas.
Nuevo Testamento (siglo I d.C.)	Griego koiné	*Psychē* usado para vida anímica, mente y emociones.	*Pneuma* usado para espíritu humano y Espíritu Santo; a veces matices de Neshamá.	La distinción hebrea queda **implícita**, pero no terminológica.
Padres de la Iglesia (siglos II–V d.C.)	Latín / Griego	*Psychē → anima* ("alma").	*Pneuma → spiritus* ("espíritu").	Aunque hay dos palabras, se empiezan a **superponer** en la práctica teológica.
Escolástica medieval (siglos XI–XIV)	Latín	"Anima" y "spiritus" tratados casi como sinónimos en teología.	"Alma" = totalidad invisible del ser humano.	Distinción hebrea **desaparece** en la enseñanza oficial.
Traducciones modernas (siglos XVI–XXI)	Lenguas vernáculas	"Nefesh" traducido como "alma".	"Neshamá" traducido como "alma" o "espíritu".	Confusión **total** en el lenguaje popular: "alma" abarca tanto lo mutable como lo divino.

La confusión no proviene del hebreo original, sino de la cadena de traducciones y reinterpretaciones que, desde la Septuaginta hasta las traducciones modernas, unificaron bajo "alma" lo que en hebreo eran dos realidades radicalmente distintas:

- **Néfesh** → espíritu encarnado, mutable, sujeto a sanación.
- **Neshamá** → alma divina, inmutable, no encarnada.

CAPÍTULO 8: LA ENFERMEDAD DEL ESPÍRITU Y LA SANACIÓN DESDE EL ALMA

Una de las confusiones más extendidas en la psicología moderna, en las religiones institucionales y en gran parte de la espiritualidad contemporánea —incluyendo corrientes del *new age*— es la idea de que el alma puede enfermar. Se habla de "heridas del alma", "pérdida del alma" o incluso "sombra del alma", pero desde una antropología espiritual precisa, especialmente la hebrea, esta noción es inexacta.

El alma no puede fragmentarse, sufrir ni ser dañada. Es divina, eterna, completa, chispa inmutable de la Fuente. Lo que sí enferma, se fragmenta o distorsiona es el espíritu, ese conjunto multidimensional que enlaza el plano divino con la experiencia terrenal y que incluye los cuerpos físico, energético, emocional, mental, causal, búdico y átmico.

En palabras simples:

- El alma es la luz.
- El espíritu es la lámpara.
  La luz nunca se apaga; lo que se puede ensuciar, romper o desajustar es la lámpara.

Comprender esta distinción no es un tecnicismo; es la base de cualquier proceso de sanación real.

8.1 El alma no enferma: esencia divina intacta

El alma es la emanación directa de Dios en el ser humano. No desciende ni "entra" físicamente en el cuerpo, sino que proyecta su luz a través del espíritu. Su vibración es constante, amorosa e inmutable. No existe trauma ni experiencia en el plano terrenal que pueda alterar su pureza.

En la tradición hebrea, Eclesiastés 12:7 lo expresa así:

> **וְיָשֹׁב הֶעָפָר עַל־הָאָרֶץ כְּשֶׁהָיָה**
> **וְהָרוּחַ תָּשׁוּב אֶל־הָאֱלֹהִים אֲשֶׁר נְתָנָהּ׃**
>
> *Ve-yashóv he-'afár al ha-áretz ke-she-hayá,*
> *ve-ha-Ruaj tashúv el ha-Elohím asher netanáh.*
>
> "Y volverá el polvo a la tierra como era,
> y el espíritu volverá a Dios que lo dio."

Aquí, "espíritu" (*Ruaj*) es el vehículo que regresa, pero la esencia divina permanece intacta.

Por eso, cuando una persona dice:

- "Tengo el alma rota"
- "Siento que mi alma se fue"

- “Mi alma está herida”

en realidad está describiendo una crisis del espíritu: una desconexión, colapso o bloqueo del sistema vibracional que impide que perciba y canalice la luz del alma. El alma sigue presente, pero el espíritu ha perdido temporalmente la capacidad de alinearse con ella.

8.2 Fragmentación espiritual y manifestación sintomática

El espíritu, al encarnar en planos densos, atraviesa múltiples capas: el cuerpo, la emoción, la mente, los campos de memoria y las lealtades transgeneracionales[333]. Cuando se produce un choque emocional, un trauma, una represión o una negación de la verdad interior, el campo espiritual comienza a fragmentarse[334].

Esta fragmentación genera síntomas que se expresan en diferentes planos:

- Síntomas físicos: enfermedades, bloqueos, somatizaciones, dolores crónicos sin causa aparente.[335]
- Síntomas emocionales: ansiedad, angustia, vacío existencial, tristeza sin motivo.[336]
- Síntomas mentales: confusión, rumiación, pérdida de sentido, rigidez de pensamiento.[337]
- Síntomas conductuales: auto-boicot, adicciones, aislamiento, violencia.[338]

No son castigos ni errores. Son llamados del espíritu para recordar su origen. Son mensajes que invitan a reorganizar el campo vibracional y volver al centro[339].

8.3 El amor propio como acto de reordenamiento vibracional

El amor propio no es un estado emocional pasajero ni una afirmación repetida frente a un espejo. Es un movimiento profundo de reordenamiento interno, donde el espíritu comienza a reconocerse digno de recibir la luz del alma. Este proceso no es meramente psicológico: es una postura vibracional que transforma la manera en que los diferentes cuerpos sutiles se alinean y se comunican.

Implica, de forma concreta:

333 Van der Kolk, B. (2014). *The Body Keeps the Score*, sobre cómo el trauma impacta múltiples niveles de la experiencia humana.
334 Levine, P. (1997). *Waking the Tiger*, sobre el trauma como ruptura de la continuidad vital.
335 Pert, C. (1997). *Molecules of Emotion*, evidencia de la conexión emoción–cuerpo.
336 Frankl, V. (1946). *El hombre en busca de sentido*, sobre el vacío existencial como síntoma de desconexión interior.
337 Siegel, D. (2012). *The Developing Mind*, sobre rigidez mental y trauma.
338 Gabor Maté (2008). *In the Realm of Hungry Ghosts*, sobre adicciones y desconexión espiritual.
339 Krippner, S., & Combs, A. (2002). *The Spiritual Path*, sobre reorganización vibracional como proceso de sanación.

- Establecer límites energéticos claros[340], que eviten la fuga de energía y preserven la integridad del campo espiritual.
- Dejar de actuar desde la carencia o la culpa[341], reconociendo que estas emociones surgen de distorsiones del espíritu, no de defectos en el alma.
- Soltar el juicio, la exigencia y la autoagresión[342], abriendo espacio a la autoaceptación como frecuencia base.
- Elegir vínculos, espacios y prácticas que nutran el ser[343], favoreciendo la coherencia entre lo que se siente, se piensa y se hace.

Cuando el espíritu se ama, aunque sea un poco, comienza a alinearse. Y al alinearse, la luz del alma fluye con mayor claridad, permitiendo que la experiencia humana refleje con más fidelidad la plenitud divina que siempre ha estado presente.

8.4 ¿Cómo se sana el espíritu?: recordar, alinear, permitir

Sanar no es “arreglar” algo roto; es recordar quiénes somos.
La sanación espiritual no consiste en aplicar una técnica mecánica ni seguir una fórmula lineal, sino en un proceso de alineación de los cuerpos sutiles para que el flujo del alma pueda expresarse con plenitud en el plano encarnado.

Este proceso implica:

- Reconocer el trauma sin juicio, entendiéndolo como parte del camino evolutivo del espíritu y no como un defecto.
- Escuchar el síntoma como mensajero, en lugar de verlo como enemigo, permitiendo que revele la desalineación que señala.[344]
- Liberar la emoción retenida, para restaurar el movimiento natural del campo energético y deshacer bloqueos vibracionales.[345]
- Reprogramar el pensamiento, no para imponer un positivismo superficial, sino para dejar de distorsionar la percepción desde el miedo.[346]
- Anclar una nueva vibración, donde el espíritu pueda habitarse a sí mismo con amor y coherencia.[347]

340 Richardson, C. (2018). *Energy Boundaries*, sobre la gestión consciente de límites energéticos.
341 Brown, B. (2010). *The Gifts of Imperfection*, sobre soltar culpa y vergüenza como acto de dignidad interior.
342 Tolle, E. (1999). *The Power of Now*, sobre liberarse del juicio como clave para la presencia.
343 Branden, N. (1994). *The Six Pillars of Self-Esteem*, sobre la importancia de entornos y hábitos nutritivos.
344 Pert, C. (1999). *Molecules of Emotion*, sobre el síntoma como mensajero bioenergético.
345 Bradshaw, J. (1992). *Healing the Shame That Binds You*, sobre liberar emociones retenidas.
346 Dispenza, J. (2014). *You Are the Placebo*, sobre reprogramación mental consciente.
347 Hicks, E. & Hicks, J. (2006). *The Law of Attraction*, sobre la vibración como punto de atracción.

Solo cuando el espíritu se limpia (liberación de densidades), se ordena (alineación de cuerpos) y se entrega (rendición a la luz del alma), El alma puede manifestarse plenamente en la vida cotidiana (iluminación).

Ese es el verdadero milagro: no la eliminación del dolor, sino la capacidad de sentirnos unidos a lo divino incluso dentro del caos.

CAPÍTULO 9: ESPIRITUALIDAD NO-DUAL: TODO ES UNO

La mente humana, por su propia estructura cognitiva y cultural, tiende a dividir la realidad en opuestos: luz y oscuridad, correcto e incorrecto, sagrado y profano, espiritual y mundano[348]. Esta capacidad discriminativa es útil en las primeras etapas del desarrollo de la conciencia, pues permite categorizar, diferenciar y organizar la experiencia. Sin embargo, cuando se absolutiza, se convierte en un velo epistemológico que impide percibir la verdad esencial: no existen dos realidades separadas; todo es una única realidad manifestándose en infinitas formas[349].

La espiritualidad no-dual sostiene que todo lo que existe proviene de una sola Fuente[350]. No hay separación entre Dios y el mundo, entre el alma y la vida cotidiana, entre el gozo y el dolor. Todo forma parte del Ser, y el Ser es Uno. Desde esta perspectiva, el propósito no es escapar del mundo para alcanzar la luz, sino reconocer la luz en todo lo que es: en lo que alegra y en lo que hiere, en lo que inspira y en lo que confunde.

9.1 Integración de polaridades: luz y sombra, dolor y sabiduría

En una visión dualista, la sombra es algo que debe ser eliminado, corregido o trascendido. Sin embargo, la no-dualidad enseña que la sombra es parte intrínseca del proceso sagrado[351]. No hay sabiduría sin haber tocado el dolor, ni expansión sin haber atravesado la contracción[352].

La luz sin sombra sería una ilusión estática; la sombra sin luz sería desesperación. Solo en su danza —movimiento dinámico entre polaridades— se revela el camino completo del espíritu.

Por eso:

- El miedo no es enemigo: es maestro que señala la zona no explorada de la conciencia.

348 Wilber, K. (2000). *Integral Psychology*, sobre la evolución de la conciencia y la integración de todos los niveles de experiencia sin exclusión.
349 NexusLux (2025). *Espiritualidad Revelada*, sobre la comprensión no-dual de la realidad y la integración de polaridades como parte del camino espiritual.
350 Chāndogya Upaniṣad (siglo VIII a.C.), sobre la afirmación “Tat tvam asi” (“Tú eres Eso”) como núcleo de la filosofía Advaita Vedānta.
351 Jung, C. G. (1959). *Aion*, sobre el arquetipo de la sombra como parte necesaria de la totalidad psíquica.
352 Tolle, E. (1997). *The Power of Now*, sobre la presencia como vía para disolver la ilusión de la separación.

- El juicio no es obstáculo: es indicador de una desalineación interior.
- El error no es castigo: es aprendizaje codificado en experiencia.

La polaridad existe, pero no es definitiva. Es una herramienta pedagógica de la conciencia, un espejo que permite al espíritu reconocerse desde múltiples ángulos. El alma ya lo comprende, pues habita fuera del tiempo y de la forma. Es el espíritu —aún condicionado por la experiencia encarnada— quien necesita recordarlo[353].

9.2 El alma no juzga: solo el ego y el espíritu desalineado lo hacen

Juzgar es dividir. Decir “esto está bien” y “esto está mal” es una función necesaria para la supervivencia, pero si se traslada al plano espiritual, genera culpa, desconexión, separación.

El alma no juzga. El alma observa, abraza, sostiene. Comprende que cada experiencia, por más densa que sea, contiene una chispa de propósito. El juicio nace del ego, y también del espíritu que ha olvidado su origen divino.

Por eso, cuando alguien dice “fallé espiritualmente”, lo que en realidad está ocurriendo es que el espíritu ha caído en una narrativa de separación. El alma, en cambio, permanece en su centro. Invita, no castiga. Acompaña, no condena. Su lenguaje es el silencio profundo que todo lo comprende.

9.3 El verdadero despertar: no escapar del mundo, sino encarnarlo

Durante siglos, se ha buscado la iluminación como una forma de escape. Se ha asociado la espiritualidad con retiros, desapego extremo, negación del cuerpo o del deseo. Pero esa visión, aunque válida en ciertos contextos, no representa la plenitud del alma encarnada.

Despertar no es dejar el mundo. Es habitarlo con conciencia.

- Es estar en el cuerpo, y a la vez recordar que no somos solo el cuerpo.
- Es tener emociones, y a la vez no ser arrastrados por ellas.
- Es vivir en la materia, y al mismo tiempo sostener la mirada en lo eterno.

La espiritualidad no-dual propone una encarnación luminosa: no una huida, sino una inmersión sagrada. No separar lo espiritual de lo humano, sino reconocer lo divino en lo humano.

Encarnar el alma no es un estado pasivo, es un acto radical. Requiere presencia, humildad, entrega y responsabilidad vibracional. Solo así el alma puede expresarse completamente a través del espíritu, y el espíritu puede recordar que nunca estuvo separado.

353 Suzuki, D. T. (1957). *Essays in Zen Buddhism*, sobre la visión no-dual del Zen y la trascendencia de las categorías mentales.

CAPÍTULO 10: UNA NUEVA CARTOGRAFÍA ESPIRITUAL

En las últimas décadas, ha surgido la necesidad de reconfigurar nuestra comprensión del ser humano desde una perspectiva que integre ciencia, espiritualidad, psicología y tradición. Esta nueva cartografía espiritual se basa en una estructura energética coherente, que distingue claramente entre alma, espíritu y cuerpo, asignando a cada uno una función y vibración específica dentro del entramado del Ser.

10.1 Modelo de Conciencia por Cuerpos Sutiles

Esta propuesta plantea que el espíritu está compuesto por siete cuerpos sutiles, cada uno de los cuales sostiene un nivel de conciencia distinto:

1. **Cuerpo Físico** → Conciencia sensorial (instintos, placer, dolor).
2. **Cuerpo Mental** → Conciencia racional (lógica, pensamiento, creencias).
3. **Cuerpo Emocional** → Conciencia emocional (gestión de emociones, vínculos).
4. **Cuerpo Etérico** → Conciencia energética (vitalidad, equilibrio).
5. **Cuerpo Causal** → Conciencia kármica (memorias, patrones, propósito).
6. **Cuerpo Búdico** → Conciencia espiritual (intuición, amor incondicional).
7. **Cuerpo Átmico** → Conciencia de unidad (fusión con el Todo).

Este modelo permite comprender que:

- La sanación requiere actuar en todos los niveles, no solo en el físico o el emocional.
- La evolución espiritual no es un salto directo a la unidad, sino un proceso de integración de cada cuerpo y su conciencia.
- El espíritu es el vehículo multidimensional que permite que la luz del alma se exprese en la experiencia encarnada.

En este sentido, cada cuerpo es una puerta hacia una conciencia más elevada, y la verdadera integración se da cuando todos ellos vibran en coherencia, permitiendo que el alma fluya sin bloqueo.

10.2 Espiritualidad Encarnada

A diferencia de las corrientes que promueven una espiritualidad evasiva o disociada —centrada en abandonar el mundo, negar el cuerpo o aspirar a una existencia “pura” fuera de la materia—, este modelo propone una espiritualidad encarnada.

En esta visión, lo divino no está separado del cuerpo ni del mundo, sino que se expresa a través de ellos. La materia no es un obstáculo para la conciencia, sino un medio para su expansión. La iluminación no es una huida hacia lo etéreo, sino una inmersión lúcida en la experiencia humana.

Ser espiritual no significa rechazar el placer, las emociones o la vida cotidiana, sino habitarlos con plena presencia, reconociendo su naturaleza sagrada. El cuerpo, lejos de ser un lastre, es un templo y un laboratorio de conciencia; el mundo, lejos de ser una distracción, es el escenario donde el alma se refleja y se reconoce a través del espíritu.

Esta perspectiva encarnada implica:

- Honrar el cuerpo como vehículo sagrado, cuidándolo y escuchándolo.
- Integrar la emoción como lenguaje del espíritu.
- Vivir la materia como campo de creación consciente.
- Reconocer lo divino no solo en la meditación o el ritual, sino en cada acto cotidiano.

Cuando la espiritualidad se encarna, deja de ser una idea o una promesa futura, y se convierte en una práctica viva que transforma nuestra forma de estar en el mundo.

10.3 Distinción Funcional entre Alma y Espíritu

Una de las claves de esta cartografía es la diferenciación funcional y energética entre el alma y el espíritu:

- El **alma** (*Neshamá*) es divina, inmutable, chispa de Dios. No evoluciona ni enferma, pues es pura y eterna.
- El **espíritu** (*Ruaj + Néfesh*) es el canal por el cual esa luz se manifiesta en la existencia encarnada. Es el vehículo de la conciencia, sujeto a evolución, aprendizaje y sanación.
- El **cuerpo**, si bien forma parte del espíritu como cuerpo más denso, es a la vez una manifestación vibracional concreta, indispensable para la experiencia.

Esta distinción resuelve muchas confusiones modernas que asocian la enfermedad o el sufrimiento al alma, cuando en realidad lo que se ve afectado es el espíritu. La sanación, por tanto, es un proceso de realineación del espíritu con el alma, no una reparación del alma misma.

10.4 Aplicaciones Prácticas: Coaching, Sanación y Evolución

Esta visión no es meramente filosófica, sino que se traduce en aplicaciones concretas para la vida cotidiana, la práctica terapéutica y el desarrollo personal:

- En **coaching espiritual**, permite acompañar procesos desde un enfoque profundo, que contempla el alma sin patologizarla y reconoce al espíritu como protagonista del cambio.

- En **sanación energética**, ofrece un marco preciso para ubicar síntomas, miedos y traumas en el cuerpo espiritual correspondiente, y aplicar herramientas que favorezcan la coherencia vibracional.
- En el camino de **evolución humana**, proporciona un mapa claro que orienta el crecimiento consciente, la integración emocional, la expansión de la conciencia y la vivencia espiritual auténtica.

E. CONCLUSIONES

Este estudio ha buscado recuperar una sabiduría ancestral que ha sido velada por siglos de traducciones imprecisas, dogmas y confusiones semánticas. A través de una lectura comparada de textos antiguos, enfoques filosóficos, escuelas místicas y aportes contemporáneos, se ha propuesto una nueva cartografía espiritual basada en la diferenciación funcional y energética entre alma y espíritu.

Recapitulación de la diferencia entre alma y espíritu

A lo largo del desarrollo se ha argumentado que:

- El alma (Neshamá) es divina, inmutable y eterna. No encarna ni sufre, pues su esencia es la misma que la de Dios.
- El espíritu (Ruaj + Néfesh) es el vehículo encarnado, compuesto por múltiples cuerpos sutiles, a través del cual la conciencia se manifiesta, se desarrolla, se fragmenta y se reordena.
- El cuerpo físico es la expresión más densa del espíritu, no separado de él, sino su manifestación material.

Esta distinción no es una simple precisión terminológica, sino una revolución conceptual que transforma el modo en que se entiende el ser humano, la enfermedad, la sanación y el propósito de la vida.

Por qué esta distinción ordena, libera y sana

Confundir el alma con el espíritu ha llevado durante siglos a interpretaciones erróneas como “el alma está herida”, “el alma se pierde” o “el alma enferma”. Estas ideas generan culpa, miedo y desorientación. Sin embargo, cuando comprendemos que el alma no puede dañarse, porque es la luz misma de Dios, y que es el espíritu quien transita el aprendizaje, el error, el trauma y la sanación, se abre una nueva posibilidad: vivir sin culpa y sanar sin juicio.

Esta diferenciación también permite ordenar los síntomas, emociones, bloqueos y patrones, ubicándolos en los distintos niveles del campo espiritual encarnado. Así, el proceso terapéutico y evolutivo se vuelve más claro, más profundo y más eficaz.

El valor de integrar la sabiduría antigua con la experiencia moderna

Este estudio no propone volver dogmáticamente al pasado, sino recuperar su sabiduría desde una lectura contemporánea y experiencial. Honra las raíces hebreas, las intuiciones de la filosofía griega, las visiones místicas del cristianismo y las prácticas de la alquimia espiritual, integrándolas con herramientas de la psicología profunda, la física cuántica y la neurociencia actual.

Esta síntesis entre lo antiguo y lo nuevo permite construir un puente entre mundos: entre ciencia y espíritu, entre razón y revelación, entre tradición y evolución.

Aportes del estudio a la academia, la espiritualidad y el crecimiento humano

- A nivel académico, se ofrece una base rigurosa para un nuevo paradigma antropológico-espiritual, con fundamentos lingüísticos, filosóficos y místicos.
- A nivel espiritual, se recupera el mapa original del alma y del espíritu, lo que permite una práctica más consciente, coherente y encarnada.
- A nivel humano, se brinda una vía de autocomprensión y sanación profunda, donde la culpa cede paso al amor, y el juicio se disuelve en comprensión.

Este estudio no busca imponer una verdad, sino ofrecer un mapa para recordar lo que ya somos: expresiones encarnadas de lo divino, viviendo una experiencia de conciencia, evolución y unidad.

F. BIBLIOGRAFÍA / REFERENCIAS

Textos tradicionales y fuentes primarias

- **Torá (Pentateuco)**. Tradición hebrea.
- **Tanaj – La Biblia Hebrea**. Sociedad de Publicaciones Judías (1999).
- **Sefer Yetzirá**. Texto cabalístico atribuido a Abraham.
- **Zóhar**. Obra fundacional de la Kabalá, atribuida a Shimon bar Yojai.
- **Upanishads** (ca. siglo VIII a.C.). En Radhakrishnan, S. (trad., 1953). *The Principal Upanishads*. HarperCollins. [Contiene la enseñanza “Tat tvam asi”].
- Śaṅkara. (s. VIII). *Vivekachudamani*. Advaita Ashram.

- **Bhagavad Gītā**. Texto sagrado hindú atribuido a Vyāsa.
- **Lankāvatāra Sūtra** (siglo IV). Traducción de D. T. Suzuki (1932). Open Court.
- **Corpus Hermeticum**. Textos atribuidos a Hermes Trismegisto, compilados en Alejandría.
- **Evangelios Apócrifos**, especialmente el Evangelio de Tomás y el Evangelio de Felipe.
- **Septuaginta**. Traducción griega del Tanaj hebreo (siglos III–II a.C.).
- **Platón**. *Complete Works* (J. M. Cooper & D. S. Hutchinson, Eds.). Hackett Publishing (1997).
- **Plotino** (siglo III d.C.). *Enéadas*. Gredos.
- **Cordovero, M.** (s. XVI). *Pardes Rimonim*.
- **Luria, I.** (s. XVI). *Etz Chaim*.
- **Maimónides** (1190). *Guía de los perplejos*.
- **Luzzatto, M. J.** (1740). *Derech Hashem*.
- **San Juan de la Cruz** (s. XVI). *Noche oscura del alma*; *Subida al Monte Carmelo*; *Llama de amor viva*.
- **Teresa de Ávila** (1577). *Las Moradas*.
- **Meister Eckhart** (s. XIV). *Sermones Alemanes*.

Autores y obras contemporáneas

- Assagioli, R. (1965). *Psychosynthesis*. Hobbs, Dorman & Company.
- Assagioli, R. (1973). *The Act of Will*. Penguin Books.
- Barr, J. (1961). *The Semantics of Biblical Language*. Oxford University Press.
- Beauregard, M., & O'Leary, D. (2007). *The Spiritual Brain*. HarperOne.
- Bhikkhu Bodhi. (2000). *The Connected Discourses of the Buddha*. Wisdom Publications.
- Bohm, D. (1980). *Wholeness and the Implicate Order*. Routledge.
- Bohm, D. (1996). *The Web of Life*. Anchor Books.
- Bradshaw, J. (1992). *Healing the Shame That Binds You*. Health Communications.
- Branden, N. (1994). *The Six Pillars of Self-Esteem*. Bantam.
- Brown, B. (2010). *The Gifts of Imperfection*. Hazelden.
- Bultmann, R. (1951). *Theology of the New Testament*. Scribner.
- Capra, F. (1975). *El Tao de la Física*.

- Capra, F. (1996). *The Web of Life*. Anchor Books.
- Chalmers, D. (1996). *The Conscious Mind*. Oxford University Press.
- Chödrön, P. (2001). *The Places That Scare You*. Shambhala.
- Chopra, D. (1993). *Cuerpos sin edad, mentes sin tiempo*.
- Chopra, D. (2000). *Cómo conocer a Dios*.
- Dass, R. (1971). *Be Here Now*. Lama Foundation.
- Damasio, A. (1999). *The Feeling of What Happens*. Harcourt Brace.
- Damasio, A. (2010). *Self Comes to Mind*. Pantheon Books.
- Dispenza, J. (2014). *You Are the Placebo*. Hay House.
- Dunn, J. D. G. (1998). *The Theology of Paul the Apostle*. Eerdmans.
- Eckhart, M. (s. XIV). *Sermones Alemanes*.
- Eliade, M. (1949). *El mito del eterno retorno*. FCE.
- Eliade, M. (1998). *Historia de las creencias y las ideas religiosas*. Paidós.
- Frankl, V. (1946). *El hombre en busca de sentido*. Herder.
- Frankl, V. (1948). *La presencia ignorada de Dios*. Herder.
- Freud, S. (1920). *Más allá del principio del placer*. Amorrortu Editores.
- Freud, S. (1923). *El yo y el ello*. Amorrortu Editores.
- Grof, S. (1985). *Beyond the Brain*. SUNY Press.
- Grof, S. (2000). *Psychology of the Future*. SUNY Press.
- Guénon, R. (1945). *El reino de la cantidad y los signos de los tiempos*. Paidós.
- Hanegraaff, W. J. (1996). *New Age Religion and Western Culture*. SUNY Press.
- Hicks, E., & Hicks, J. (2006). *The Law of Attraction*. Hay House.
- Hillman, J. (1985). *Anima: An Anatomy of a Personified Notion*. Spring Publications.
- Idel, M. (1988). *Kabbalah: New Perspectives*. Yale University Press.
- Jacobi, J. (1942). *The Psychology of C. G. Jung*. Yale University Press.
- James, W. (1890). *The Principles of Psychology*. Holt.
- Jones, E. (1953). *The Life and Work of Sigmund Freud*. Basic Books.
- Jung, C. G. (1944). *Psychology and Alchemy*. Princeton University Press.
- Jung, C. G. (1951). *Aion*. Princeton University Press.

- Jung, C. G. (1959). *Archetypes and the Collective Unconscious*. Princeton University Press.
- Jung, C. G. (1961). *Recuerdos, sueños, pensamientos*. Seix Barral.
- Jung, C. G. (1964). *El hombre y sus símbolos*. Paidós.
- Kaplan, A. (1981). *In the Beginning*. Moznaim Publishing.
- Kaplan, A. (1990). *Innerspace*. Moznaim Publishing.
- Kornfield, J. (2000). *After the Ecstasy, the Laundry*. Bantam.
- Krippner, S., & Combs, A. (2002). *The Spiritual Path*. New Harbinger.
- Levine, P. (1997). *Waking the Tiger*. North Atlantic Books.
- Maté, G. (2008). *In the Realm of Hungry Ghosts*. Knopf Canada.
- Metzger, B. M. (1977). *The Early Versions of the New Testament*. Oxford University Press.
- Metzger, B. M. (2001). *The Septuagint: Its Early History and the Origins of the Greek Bible*. Oxford University Press.
- Morin, E. (2001). *Los siete saberes necesarios para la educación del futuro*. UNESCO.
- Namkhai Norbu. (1986). *The Crystal and the Way of Light*. Snow Lion.
- Neff, K. (2011). *Self-Compassion*. William Morrow.
- Newberg, A., & D'Aquili, E. (1999). *The Mystical Mind*. Fortress Press.
- Newberg, A., & D'Aquili, E. (2001). *Why God Won't Go Away*. Ballantine Books.
- Pelikan, J. (1971). *The Christian Tradition*. University of Chicago Press.
- Pert, C. (1999). *Molecules of Emotion*. Scribner.
- Rahula, W. (1974). *What the Buddha Taught*. Grove Press.
- Radhakrishnan, S. (1923). *Indian Philosophy*. Oxford University Press.
- Ramana Maharshi. (2000). *Be As You Are*. Penguin Classics.
- Richardson, C. (2018). *Energy Boundaries*. Hay House.
- Ricoeur, P. (1976). *Interpretation Theory*. Texas Christian University Press.
- Rinpoche, K. (1997). *Luminous Mind*. Wisdom Publications.
- Scholem, G. (1941). *Major Trends in Jewish Mysticism*. Schocken Books.
- Scholem, G. (1960). *La Kabalá y su simbolismo*. Paidós.
- Shamdasani, S. (2003). *Jung and the Making of Modern Psychology*. Cambridge University Press.
- Siegel, D. (2012). *The Developing Mind*. Guilford Press.

- Sivananda, S. (1936). *The Koshas*. Divine Life Society.
- Stapp, H. P. (2007). *Mindful Universe*. Springer.
- Suzuki, D. T. (1957). *Essays in Zen Buddhism*. Grove Press.
- Tart, C. T. (ed.). (1975). *Transpersonal Psychologies*. Harper & Row.
- Thayer, J. H. (1889). *Greek-English Lexicon of the New Testament*. Harper.
- Thiselton, A. C. (2013). *The Holy Spirit*. SPCK.
- Tolle, E. (1997). *The Power of Now*. New World Library.
- Tov, E. (1992). *Textual Criticism of the Hebrew Bible*. Fortress Press.
- Vaughan, F. (1986). *The Inward Arc*. Shambhala.
- Van der Kolk, B. (2014). *The Body Keeps the Score*. Viking.
- Wilber, K. (1977). *The Spectrum of Consciousness*. Quest Books.
- Wilber, K. (1996). *Eye to Eye*. Shambhala.
- Wilber, K. (2000). *A Theory of Everything*. Shambhala.
- Wilber, K. (2000). *Integral Psychology*. Shambhala.

Obras propias

- NexusLux (Sebastián Gigena Portunato). (2025). *Espiritualidad Revelada*. Amazon KDP.